



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ № 40 «Маячок»

Н.Ю. Петренко/

## МЕНЮ-РЕКОМЕНДАЦИИ

18 июня

день

| Приём пищи              | Ясли               |                                    | Сад                |                                    |
|-------------------------|--------------------|------------------------------------|--------------------|------------------------------------|
|                         | Выход<br>в граммах | Энергетическая<br>ценность<br>Ккал | Выход<br>в граммах | Энергетическая<br>ценность<br>Ккал |
| Завтрак                 |                    |                                    |                    |                                    |
| Чай с зефиром           | 150                | 199                                | 200                | 218                                |
| Шоколад                 |                    |                                    |                    |                                    |
| Бутерброд с колб.       | 20/5               | 131                                | 30/5               | 168                                |
| Чай с зефиром           | 150                | 45                                 | 200                | 86                                 |
|                         |                    |                                    |                    |                                    |
|                         |                    |                                    |                    |                                    |
| Второй завтрак          |                    |                                    |                    |                                    |
| 10% Сметан.             | 150                | 62                                 | 150                | 62                                 |
|                         |                    |                                    |                    |                                    |
|                         |                    |                                    |                    |                                    |
| Обед                    |                    |                                    |                    |                                    |
| Суп из картофеля        | 30                 | 25                                 | 40                 | 44                                 |
| Суп картофель. с мясом. | 150                | 136                                | 200                | 221                                |
| Рис. с фарш.            |                    |                                    |                    |                                    |
| Черника с сахаром       | 130                | 109                                | 150                | 118                                |
| Рис с курицей           | 60                 | 80                                 | 80                 | 156                                |
| Чай                     | 40                 | 196                                | 50                 | 214                                |
| Компот                  | 150                | 36                                 | 200                | 43                                 |
|                         |                    |                                    |                    |                                    |
| Полдник                 |                    |                                    |                    |                                    |
| Сырники со сметаной     | 40                 | 135                                | 80                 | 192                                |
| Сметана                 | 10                 | 29                                 | 15                 | 32                                 |
| Чай                     | 150                | 40                                 | 200                | 54                                 |
| Блины                   | 80                 | 100                                | 40                 | 114                                |
|                         |                    |                                    |                    |                                    |
| Итого за день           |                    | 1413                               |                    | 1431                               |

Старшая медсестра

Тюль Е.Б.