

Заведующий МБДОУ «Ждановский детский сад»

Е.Р. Григорьева

МЕНЮ на 19.01.2013г.



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход				Ккал	
		1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет
Завтрак							
	Каша ячневая	150	200	136	169		
	Хлеб в масле	30/7	40/15	95,2	170		
	чай с сахаром	150/7	180/7	28	40		
Итого							
Обед							
	Салат овощной	40	50	55,33	53,33		
	Борщ с капустой	150	200	61,5	102,5		
	Компот из яблок	60	70	61	70		
	Людое картофельное	100	150	92	138		
	Хлеб	30	40	10,3	14,4		
Итого	Компот	150	180	84,75	113		
Полдник							
	чай с сахаром	150/7	180/7	28	40		
	Дарье со стуч. мол.	60	70	159,6	212,8		
Итого							
Всего за день							

Говар