

МЕНЮ

На « 12 » *for* 20252

для детей 3-7 лет

Утверждено
ООО "Алеко"

Согласовано
Заведующий
МОУ: Центром
развития ребенка № 11
Н.А. Богомолова

года 5-й день

Наименование режимного момента	Наименование блюда	Вес в гр.	Белки гр.	Жиры гр.	Углеводы гр.	Энергетич. ценность, ккал
ЗАВТРАК	1. Каша жидкая (геркулесовая)	180	7,8	5,5	29,0	197,6
	2. Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	3. Бутерброд с джемом	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
2-й ЗАВТРАК	1. Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4
ОБЕД	1. Салат из белокочанной капусты	50	0,8	2,4	4,5	44,1
	2. Суп картофельный на курином бульоне	180	2,3	2,1	13,9	85,2
	3. Плов из птицы	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	4. Кисель из повидла	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	5. Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
УПЛОТ- НЕННЫЙ ПОЛДНИК	1. Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	2. Котлеты рыбные запеченные	70	9,5	6,9	6,8	135,8
	3. Картофель отварной с маслом сливочным	130	2,5	3,5	20,6	128,3
	4. Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,3	18,1	88,3
	5. Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Всего за день			66,3	63,3	252,7	1880,4
Шеф-повар: <i>И.В. Шубина</i>			И. В. Шубина			