



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ №121  
№ О.В. Давыдова



## МЕНЮ

На \_\_\_\_\_

| ЗАВТРАК                                      |       |        |       |        |
|----------------------------------------------|-------|--------|-------|--------|
| Наименование блюда                           | 1-3   |        | 3-7   |        |
|                                              | Вес   | Ккал   | Вес   | Ккал   |
| Каша пшеничная молочная жидкая               | 150   | 145,41 | 200   | 194,03 |
| Какао с молоком                              | 150   | 86,8   | 180   | 108,35 |
| Бутерброд с маслом                           | 35/6  | 86,36  | 50/6  | 131,32 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК                               |       |        |       |        |
| Сок                                          | 100   | 55     | 100   | 55     |
| ОБЕД                                         |       |        |       |        |
| Овощи натуральные соленые                    | 50    | 8,72   | 50    | 10,9   |
| Борщ с капустой свежей, со сметаной, с мясом | 124/5 | 101,31 | 206/8 | 140,79 |
| Печень говяжья по-строгановски               | 80    | 120,34 | 100   | 157,57 |
| Макаронные изделия отварные                  | 80    | 109,34 | 140   | 165,7  |
| Компот из плодов консервированных            | 150   | 80,7   | 180   | 102,28 |
| Хлеб пшеничный                               | 30    | 70,32  | 40    | 93,76  |
| Хлеб ржаной                                  | 40    | 77,92  | 50    | 97,4   |
| ПОЛДНИК                                      |       |        |       |        |
| Кисломолочный напиток                        | 154   | 121,66 | 154   | 121,66 |
| Булочка домашняя                             | 60    | 232,3  | 70    | 268,9  |
| УЖИН                                         |       |        |       |        |
| Икра кабачковая (промышленного пр-ва)        | 50    | 59,25  | 50    | 59,25  |
| Картофельное пюре                            | 120   | 140,97 | 130   | 165,54 |
| Рыба тушеная в томате с овощами              | 70    | 94,12  | 140   | 116,12 |
| Чай с сахаром                                | 180   | 35,97  | 200   | 47,95  |
| Хлеб пшеничный                               | 20    | 46,88  | 25    | 58,6   |
| Фрукты свежие                                | 100   | 44,4   | 100   | 44,4   |

М/с Василевская О.В.