

МЕНЮ

МБДОУ № 13 "ВАСИЛЕК"
(наименование организации) сад

завтрак		выход блюда	энергетическая ценность (ккал)
1.	Каша геркулесовая	175/5	137
2.	Бутерброд с маслом	20	80
3.	Какао с молоком	180	140
4.	Хлеб пшеничный	10	20
второй завтрак			
1.	Яблоко	85	38
обед			
1.	салат из свеклы	60	43
2.	Бульон из птицы с гренками и яйцом	200/15	148
3.	Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят	75	209
4.	Соус томатный	25	19
5.	Рис отварной	130	182
6.	Компот из сухофруктов	180	158
7.	Хлеб ржаной	37.5	65
полдник			
1.	Салат "Степной" из овощей	125	115
2.	Сдоба обыкновенная	60	169
3.	Чай с сахаром	180	55
4.	Хлеб пшеничный	15	29



Срда 1