



УТВЕРЖДАЮ:
 Заведующий МБДОУ д/с № 6
 О.В.Лахина

ПЕРВЫЙ ДЕНЬ

МЕНЮ НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВОЗРАСТ	КЖБУ	БРУТТО	НЕТТО	Витамины (мг)		Минеральные вещества	
	САД (порция, гр)				В1	С	Са	Fe
ЗАВТРАК								
Кисель витаминизированный	50,0				0,017	0,000	3,7	0,18
Икра кабачковая пром. произ.	40,0	47,60/3,56/0,76/3,08			0,008	2,80	16,40	0,28
Омлет	110,0	179,35/14,72/9,48/2,54			0,068	0,34	89,68	1,69
Напиток кофейный с молоком	180,0	54/0,00/0,09/13,5			0,00	0,00	4,5	0,36
Хлеб пшеничный	20,0	47,0/0,16/1,52/9,84	0,020	0,020	0,022	0,00	4,00	0,22
Кондитерское изделие (пряник)	40,0	146,4/1,88/2,36/30,0	0,040	0,040	0,032	0,00	4,4	0,32
Сок фруктово-ягодный	150,0	69/0,15/0,75/15,15			0,015	3,00	10,5	2,1
ОБЕД								
Овощи натуральные соленые	81,0	13,2/0,0081/0,891/2,84			00,8	12,15	8,1	0,891
Борщ	200,0	76/4,0/1,46/8,52			0,038	8,24	27,6	0,96
Мясо отварное	60,0	169,80/11,64/16,32/0,00			0,03	0,00	7,80	2,10
Картофельное пюре	100,0	92,0/4,40/2,10/10,90			0,09	3,40	26,0	0,70
Хлеб пшеничный	20,0	47,0/0,16/1,52/9,84	0,020	0,020	0,022	0,00	4,00	0,22
Хлеб ржаной	40,0	70,0/0,48/2,64/13,36	0,040	0,040	0,07	00,0	14,0	1,56
Компот из свежих плодов	180,0	86,4/0,18/0,45/20,79			0,018	3,87	19,8	0,99
ПОЛДНИК								
Икра свекольная	60,0	55,2/4,26/1,44/6,06			0,018	4,74	26,4	1,02
Макаронны отварные	100,0	184,82/4,99/10,44/24,56			0,17	3,80	17,80	3,51
Печень по-строгановски	0,83	230/10,4/23,4/3,89/			0,30	1,6	12	6,2
Чай с сахаром	180,0	71,1/42,43/2,88/14,31			0,036	1,17	113,4	0,09
Хлеб пшеничный	20,0	47,0/0,16/1,52/9,84	0,020	0,020	0,022	0,00	4,00	0,22