

1 день
10-дневного зимнего меню
ясли/сад

Вес (г) ясли	Наименование блюда	Вес (г) сад
Завтрак		
150	Каша молочная пшеничная жидкая ½	200
30	Хлеб пшеничный	30
5	Масло сливочное	5
150	Кофейный напиток с молоком ½	180
90	Сок в 10.00	100
Обед		
150	Суп картофельный с бобовыми	200
80	Шницель рыбный натуральный	80
100	Капуста тушеная	150
	Хлеб пшеничный	10
40	Хлеб ржаной	50
200	Компот из сухофруктов	200
Уплотненный полдник		
180	Птица тушеная в соусе с овощами	200
40	Яйцо отварное	40
30	Овощи соленые	30
30	Хлеб пшеничный	20
150	Чай	200
Ужин		
150	Молоко кипяченое	200
15	Хлеб пшеничный	20
5	Повидло	10

Заведующий МБДОУ №10
г. Невинномыска



Н.А. Голяндина