

МЕНЮ на «12» декабря 2014 г.

Утверждено:  
 Заведующий МБДОУ  
 МБДОУ «Боханский д/с №1»  
 Тумурхонова О.В.

от 1,5 до 3 лет

| Наименование блюда          | Выход (гр) | Пищевая энергет. ценность (ккал) на 100гр продукта | Б     | Ж    | У     |
|-----------------------------|------------|--|-------|------|-------|
| <b>ЗАВТРАК</b>              |            |  |       |      |       |
| Каша овсяная                | 130        | 153  | 4,98  | 5,69 | 21,1  |
| Чай с сахаром               | 150        | 30,45  | 0,15  | 0,08 | 15,25 |
| Бутерброд с маслом сыром    | 203,8      | 125,6  | 4,38  | 7,7  | 8,98  |
| <b>2 ЗАВТРАК</b>            |            |  |       |      |       |
| Сок фруктовый               | 100        | 46   | 0,5   | 0,1  | 0,1   |
| <b>ОБЕД</b>                 |            |  |       |      |       |
| Салат витаминный            | 30         | 56   | 0,6   | 3    | 6,9   |
| Суп вермишелевый            | 150        | 115,8  | 3,57  | 5,2  | 19,59 |
| Курице запечен.             | 45         | 221,49   | 19,3  | 16   | 6,06  |
| Рис отварной с овощами      | 100        | 125,7  | 2,18  | 3,25 | 15,0  |
| Кисель                      | 150        | 116  | 0,15  | 0,04 | 24    |
| <b>ПОЛДНИК</b>              |            |  |       |      |       |
| Бирючок печен. с картофелем | 50         | 146,67   | 10,01 | 7,46 | 56,42 |
| Чай с сахаром               | 150        | 30,45  | 0,15  | 0,08 | 15,25 |
| <b>УЖИН</b>                 |            |  |       |      |       |
| <b>СТОИМОСТЬ ДНЯ</b>        |            |  |       |      |       |
|                             | 120,1      |  |       |      |       |

от 3 до 4 лет

| Наименование блюда          | Выход (гр) | Пищевая энергет. ценность (ккал) на 100гр продукта | Б     | Ж     | У     |
|-----------------------------|------------|--|-------|-------|-------|
| <b>ЗАВТРАК</b>              |            |  |       |       |       |
| Каша овсяная                | 150        | 204  | 6,64  | 7,59  | 22,13 |
| Чай с сахаром               | 150        | 45   | 0,15  | 0,08  | 15,25 |
| Бутерброд с маслом сыром    | 304/112    | 185,7  | 6,47  | 11,38 | 13,66 |
| <b>2 ЗАВТРАК</b>            |            |  |       |       |       |
| Сок фруктовый               | 100        | 69   | 0,8   | 0,2   | 5,2   |
| <b>ОБЕД</b>                 |            |  |       |       |       |
| Салат витамин.              | 45         | 62   | 0,71  | 3,2   | 7,3   |
| Суп вермишелевый            | 180        | 163  | 4,5   | 8,3   | 24,72 |
| Курице запеченная           | 45         | 253,1  | 15,3  | 18    | 1,6   |
| Рис отварной с овощами      | 150        | 131  | 2,25  | 3,66  | 16,97 |
| Кисель                      | 200        | 129  | 0,15  | 0,04  | 30    |
| <b>ПОЛДНИК</b>              |            |  |       |       |       |
| Бирючок печен. с картофелем | 50         | 175,46   | 11,23 | 8,23  | 58,3  |
| Чай с сахаром               | 200        | 45   | 0,15  | 0,08  | 15,25 |
| <b>УЖИН</b>                 |            |  |       |       |       |
| <b>СТОИМОСТЬ ДНЯ</b>        |            |  |       |       |       |
|                             | 120,1      |  |       |       |       |