



Утверждаю:

Заведующий МБДОУ № 151

О.А. Муслимова

День 1

Наименование блюд	Вес, гр. / Калор, Кк	
	Ясли	Детсад
Завтрак	359/341	468/466
Каша жидкая, молочная	130/127	200/195
Кофейный напиток с молоком	180/61	200/66
Бутерброд с маслом и сыром	35/5/9/1	50/5/13
Второй завтрак	100/56	130/73
Кисломолочный напиток 100/130	100/56	130/73
Обед	565/545	685/720
Маринад овощной	40/66	60/94
Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	180/107	200/103
Плов с мясом	130/262	180/364
Кисель из ягод свежемороженных	180/51	200/64
Хлеб пшеничный	15/35	20/47
Хлеб ржаной	20/39	25/49
Уплотнённый полдник	210/269	255/145
Молоко кипячёное	180/107	200/118
Кондитерские изделия	30/162	55/297
Ужин	430/402	520/493
Овощи натуральные солёные	30/6	50/10
Тефтели рыбные	60/123	70/151
Картофельное пюре	120/109	150/138
Соки овощные, фруктовые, ягодные	180/78	200/87
Хлеб пшеничный	20/47	25/59
Хлеб ржаной	2039	25/49
Итого калорийность:	1612.96	2167.19