

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ № 151

О.А. Муслимова

День 10

Наименование блюд	Вес, гр. / Калор, Кк	
	Ясли	Детсад
Завтрак	359/350	468/479
Каша "Дружба"	130/136	200/208
Кофейный напиток с молоком	180/61	200/66
Бутерброд с маслом и сыром	35/5/9	50/5/13
Второй завтрак	100/59	130/77
Молоко кипяченое 100/130	100/59	130/77
Обед	585/696	740/708
Салат "Полевой" (картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком)	40/48	60/67
Свекольник со сметаной, с мясом	180/96	200/107
Голубцы ленивые	150/359	150/359
Соус сметанный натуральный	25/64	30/77
Соки овощные, фруктовые, ягодные	160/69	
Напиток с витаминами "Витоша" для детей		250/97
Хлеб ржаной	30/58	50/97
Уплотнённый полдник	200/207	250/326
Кисломолочный напиток 180/200	180/138	200/153
Кондитерские изделия	20/69	50/173
Ужин	475/369	525/427
Рыба по-польски	60/152	70/183
Картофель тушеный	120/107	130/116
Чай с сахаром	180/20	200/24
Плоды свежие	95/43	100/46
Хлеб пшеничный	20/47	25/59
Итого калорийность:	1681.44	2114.77