

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ № 151

О.А. Муслимова

День 12

Наименование блюд	Вес, гр. / Калор, Кк	
	Ясли	Детсад
Завтрак	396/345	471/407
Суп молочный с крупой	150/133	200/178
Какао с молоком	180/59	200/64
Яйцо отварное	40/63	40/63
Бутерброд с маслом	20/6/90	25/6/103
Второй завтрак	180/78	200/87
Соки овощные, фруктовые, ягодные	180/78	200/87
Обед	567/467	658/579
Салат "Морской" (с кальмарами и яблоком)	40/69	60/105
Суп "Харчо" со сметаной, с мясом	180/110	200/123
Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью)	130/2/19	150/3/22
Компот из сухофруктов	180/22	200/26
Хлеб пшеничный	15/35	20/47
Хлеб ржаной	20/39	25/49
Уплотнённый полдник	230/332	260/389
Кисломолочный напиток 180/200	180/138	200/153
Булочка "Татарочка" с курагой	50/195	60/236
Ужин	495/393	550/430
Овощи натуральные солёные	30/3	50/5
Капуста тушеная с мясом	150/209	150/209
Напиток из шиповника	180/53	200/63
Плоды свежие	95/42	100/44
Хлеб пшеничный	20/47	25/59
Хлеб ржаной	20/39	25/49
Итого калорийность:	1616.23	1892.27