

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ № 151

О.А. Муслимова

День 18

Наименование блюд	Вес, гр. / Калор, Кк	
	Ясли	Детсад
Завтрак	370/302	440/361
Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130/132	200/201
Кофейный напиток с молоком	180/61	200/66
Яйцо отварное	40/63	
Хлеб пшеничный	20/47	40/94
Второй завтрак	100/59	130/77
Молоко кипяченое 100/130	100/59	130/77
Обед	605/604	730/784
Салат "Морской" (с кальмарами)	40/69	60/105
Суп картофельный с бобовыми, с мясом	180/111	200/121
Гренки из пшеничного хлеба	15/66	25/110
Азу	60/136	70/159
Макаронные изделия отварные с овощами	110/123	150/166
Кисель из ягод замороженных	180/60	200/74
Хлеб ржаной	20/39	25/49
Уплотнённый полдник	220/196	250/246
Компот из ягод замороженных	180/23	200/28
Песочник (печень песочное)	40/173	50/218
Ужин	505/434	620/534
Овощи натуральные солёные	30/3	50/5
Тефтели рыбные	60/123	70/151
Картофельное пюре	120/109	150/138
Соки овощные, фруктовые, ягодные	160/69	200/87
Плоды свежие	95/43	100/46
Хлеб пшеничный	20/47	25/59
Хлеб ржаной	20/39	25/49
Итого калорийность:	1596.20	2000.57