



Утверждаю:

Заведующий МБДОУ № 151

О.А. Муслимова

День 4

Наименование блюд	Вес, гр. /Калор, Кк	
	Ясли	Детсад
Завтрак	390/306	440/358
Омлет натуральный	150/200	150/200
Зелёный горошек или кукуруза	40/0	50/0
Какао с молоком	180/59	200/64
Хлеб пшеничный	15/35	20/47
Второй завтрак	100/59	130/77
Молоко кипячёное 100/130	100/59	130/77
Обед	625/579	720/678
Овощи натуральные солёные	30/6	50/10
Суп – уха с рыбой	180/144	180/144
Печень говяжья по-строгановски	60/145	70/172
Картофельное пюре	120/109	150/138
Лимонный напиток	180/62	200/71
Хлеб пшеничный	15/35	20/47
Хлеб ржаной	20/39	25/49
Уплотнённый полдник	210/197	255/294
Кисломолочный напиток 180/200	100/92	200/102
Кондитерские изделия	30/105	55/193
Ужин	435/444	515/577
Сырники из творога	150/339	200/450
Молоко сгущенное	10/29	15/44
Плоды свежие	95/42	100/44
Чай с молоком	180/34	200/39
Итого калорийность:	1584.36	1984.00