



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ № 151  
О.А. Муслимова

День 5

Наименование блюд	Вес, гр. / Калор, Кк	
	Ясли	Детсад
<b>Завтрак</b>	<b>359/350</b>	<b>468/479</b>
Каша «Дружба»	130/136	200/208
Кофейный напиток с молоком	180/61	200/66
Бутерброд с маслом и сыром	35/5/9/1	50/5/13
<b>Второй завтрак</b>	<b>100/56</b>	<b>130/73</b>
Кисломолочный напиток 100/130	100/56	130/73
<b>Обед</b>	<b>605/676</b>	<b>795/770</b>
Салат из моркови с зеленым горошком или кукурузой	40/46	60/73
Суп картофельный с бобовыми, с мясом	180/111	200/121
Гренки из пшеничного хлеба	15/66	25/110
Рыба по-польски	60/152	70/183
Рис отварной с овощами	110/154	150/205
Соки овощные, фруктовые, ягодные	160/69	
Напиток витаминный "Витоша" для детей		250/0
Хлеб ржаной	40/78	40/78
<b>Уплотнённый полдник</b>	<b>230/312</b>	<b>260/362</b>
Молоко кипячёное 180/200	180/107	200/118
Сушка на сметане	50/205	60/243
<b>Ужин</b>	<b>445/468</b>	<b>475/486</b>
Голубцы ленивые	150/359	150/359
Чай с сахаром	180/20	200/24
Плоды свежие	95/42	100/44
Хлеб пшеничный	20/47	25/59
<b>Итого калорийность:</b>	<b>1862.73</b>	<b>2170.22</b>