

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ № 151

О.А. Муслимова

День 8

Наименование блюд	Вес, гр. / Калор, Кк	
	Ясли	Детсад
<b>Завтрак</b>	<b>359/345</b>	<b>468/472</b>
Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130/132	200/201
Кофейный напиток с молоком	180/61	200/66
Бутерброд с маслом и сыром	35/5/9	50/5/13
<b>Второй завтрак</b>	<b>100/59</b>	<b>130/77</b>
Молоко кипячёное 100/130	100/59	130/77
<b>Обед</b>	<b>605/597</b>	<b>710/734</b>
Салат "Рубин" (из свеклы с изюмом и черносливом)	40/51	60/72
Суп-уха с рыбой	180/144	180/144
Печень говяжья по-строгановски	60/145	70/172
Макаронные изделия отварные с овощами	110/123	150/166
Кисель из ягод замороженных	180/60	200/74
Хлеб пшеничный	15/35	25/59
Хлеб ржаной	20/39	25/49
<b>Уплотнённый полдник</b>	<b>255/307</b>	<b>290/372</b>
Компот из ягод замороженных	180/23	200/28
Манник со сгущенным молоком	50/25/28	60/30/34
<b>Ужин</b>	<b>435/418</b>	<b>530/540</b>
Кукуруза с яйцом	40/65	60/94
Котлеты, биточки, шницель из говядины	60/188	70/224
Рагу из овощей	120/69	150/90
Чай с лимоном	180/21	200/25
Хлеб пшеничный	15/35	25/59
Хлеб ржаной	20/39	25/49
<b>Итого калорийность:</b>	<b>1726.50</b>	<b>2194.25</b>