дата 10.10.22г.

МБДОУ д\с №1 «Рябинка»

Утверждаю
Заведующий МБДОУ д/с №1 «Рябинка»
_____ Л.П.Щеглова

День 1

Наименование блюда	Вес порции,г до 3-хлет/ от 3-х лет	Энерг. Ценность, ккал.	цена
завтрак			
Макароны отварные с маслом сливочным	120/150	157,4/196,8	5-10
Чай с сахаром	150/200	19,6/26,8	1-60
Батон	30,00	47,60	2-50
Сыр Голландский	10/15	35,8/53,7	5-40
всего		260,4/324,9	14-60
второй завтрак			
Сок фруктовый	120/150	92	10-50
обед			
Икра кабач.			10-40
Суп крестьянский с крупой (рис)	150/180	97,4/116,88	9-20
Гуляш из отварного мяса курицы	60/80	149,17	11-80
Каша гречневая рассыпчатая	120/150	187,0/233,7	12=
Компот из сухофруктов	150/200	60,8/81	2-70
Хлеб пшеничный	30,00	71,40	2-10
Хлеб ржаной	30,00	57,47	2-40
всего		646,64/756,42	50-60
полдник/ужин			
Каша кукурузная, молочная с маслом	120/150	124,7/155,8	15=
Напиток из шиповника	150/200	49,1/65,3	4-10
Хлеб пшеничный	30,00	71,40	2-10
всего		245,2/292,5	21-20
ИТОГО	**1330/1525**	**1244,24/1465,82**	
			96-90