Щеглова
Лидия
Петровна

МБДОУ д\с №1 «Рябинка»

дата 30. 10. 2023

День 1

Наименование блюда	Вес порции,г	Энерг. Ценность, ккал.	цена
завтрак			
Макароны отварные с маслом сливочным	140/160,00	87,05	5-10
Чай с сахаром	150/180,00/	51,17	1-60
Батон	30.00	47.60	2-50
Сыр	10.00	35,20	2-90
всего		**221.02**	14-60
второй завтрак			
Сок фруктовый	120/150	92	10-50
обед			
Икра кабачковая	40/50,00	73,20	4-50
Суп крестьянский	180/200,00	166,15	9-20
Гуляш из отварного мяса курицы	60/80	149,17	11-80
Каша гречневая рассыпчатая	110/140	174,31	6-20
Компот из сухофруктов	150/180	96,39	2-10
Хлеб пшеничный	40.00	71.40	2-10
Хлеб ржаной	40.00	57,47	2-70
всего		**788.09**	38-90
полдник/ужин			
Каша рисовая молочная	150/200	236,21	10-20
конд.изделие	30/00	100.0	2-20
Напиток из шиповника	150/180.00	47,69	2-80
Хлеб пшеничный	30,00	71,40	2-10
всего		558.8	17-30
ИТОГО	1930	1658,91	81-30