



Утверждаю заведующий
МДОУ «Детский сад №172»
М.А.Сабаева М.А.

1 неделя День первый

Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Выход	Ккал.	Выход	Ккал.
Завтрак 1				
Масло сливочное	8	59.2	10	74
Печенье	25	24.43	25	24.43
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/5	227	180/5	276.3
Кофейный напиток	150	99	180	118.8
Итого:	338	409.63	400	493.53
Завтрак 2				
Сок	150	63.3	180	76
Итого:	150	63.3	180	76
Обед				
Суп овощной на мясном бульоне со сметаной	150	78.48	200	104.64
Каша гречневая рассып- чатая	110	183.1	130	216.4
Гуляш из отварного мяса	60	112.2	70	130.9
Напиток из ягод с/м	150	73.91	180	88.7
Хлеб ржаной	35	74.35	45	95.6
Итого:	505	522.04	625	636.24
Уплотненный полдник				
Омлет натуральный с зеленым горошком	130/15	232.67	150/15	268
Сыр порционный	10	36	10	36
Чай с низким содержа- нием сахара	150	31.57	180	37.89
Хлеб пшеничный	25	59.1	30	71
Итого:	330	359.4	385	412.89
Итого за первый день:	1323	1354.44	1590	1618.66