

1 неделя День первый

Утверждаю

Заведующий МДОУ «Детский сад № 172»

М.А. Сабаева



Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Выход	Ккал.	Выход	Ккал.
Завтрак 1				
Масло сливочное	8	59.2	10	74
Хлеб пшеничный	25	59.1	30	71
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	150	227	180	276.3
Кофейный напиток	150	99	180	118.8
Итого:	333	444.3	400	540.1
Завтрак 2				
Сок	150	63.3	180	76
Итого:	150	63.3	180	76
Обед				
Суп картофельный с крупой и рыбой	150	109.2	200	145.6
Овощи тушеные	110	284.94	130	284.94
Котлета мясная	70	221.3	70	221.3
Компот из ягод с/м	150	73.91	180	88.7
Хлеб ржаной	35	74.35	45	95.6
Уплотненный полдник				
Омлет натуральный	130	232.67	150	268
Сыр порционный	10	36	10	36
Чай с сахаром	150	31.57	180	37.89
Хлеб пшеничный	25	59.1	30	71
Итого:				
Итого за первый день:		1586.8		1865.13