

Утверждаю
Заведующий МБДОУ "Д/с №1
"Дюймовочка" с. Р. Акташ"
Е.П. Зюзгина

День 10 - ый

Наименование блюд	Масса порций в зависимости от возраста детей (грамм)		Калорийность блюд	
	с1-3	с 3-7	с1-3	с 3-7
ЗАВТРАК				
Каша геркулесовая молочная с маслом	140/3	180/3	185,66	233,10
Кофейный напиток с молоком	180/6	180/6	42,67	42,67
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/10/5	30/10/5	132,83	146,10
2 - ой ЗАВТРАК				
Сок	125	180	52,77	76,00
ОБЕД				
Огурцы свежие порционно	30	50	3,60	6,00
Суп картофельный с рисовой крупой, с мясными фрикадельками, со сметаной	150/10/5	180/10/5	72,05	79,60
Котлеты рыбные с маслом сливочным	50/2	70/3	102,20	144,36
Макаронные изделия отварные с овощами	110	130	138,16	163,28
Кисель	150	180	62,70	75,24
Хлеб пшеничный		25		58,75
Хлеб ржаной	35	45	69,30	89,10
ПОЛДНИК				
Кисломолочный напиток (Ряженка)	150	180	76,00	91,80
Булочка "Российская"	30	30	88,50	88,50
УЖИН				
Каша вязкая гречневая с мясом и овощами	150	200	201,38	268,50
Напиток из шиповника	150/5	180/6	52,50	79,38
Хлеб пшеничный	20	30	47,00	70,50