



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ "Д/с №1
 Дюймовонка" с. Р. Актан"
 Е.П. Зюзгина

День 8 - ой

| Наименование блюд | Масса порций в | | Калорийность | |
|---|----------------|----------|--------------|--------|
| | с1-3 | с 3-7 | с1-3 | с 3-7 |
| ЗАВТРАК | | | | |
| Каша геркулесовая молочная с | 140/3 | 180/3 | 185,66 | 238,71 |
| Какао с молоком | 180/6 | 180/6 | 90,78 | 90,78 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 25/5 | 30/5 | 98,50 | 111,68 |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | |
| Сок | 200 | 200 | 84,80 | 84,80 |
| ОБЕД | | | | |
| Винегрет овощной | 40 | 60 | 50,04 | 75,06 |
| ПШИ со свежей капустой с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной | 150/10/5 | 180/10/7 | 81,56 | 84,80 |
| Тeftели мясные в томатном соусе | 45/15 | 60/20 | 94,39 | 125,85 |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным | 150 | 180 | 44,85 | 68,20 |
| Компот из урюка | 150 | 180 | 56,83 | 68,20 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 30 | 47,00 | 70,57 |
| Хлеб ржаной | 35 | 45 | 69,23 | 89,19 |
| ПОЛДНИК | | | | |
| Ряженка | 150 | 180 | 76,00 | 92,00 |
| Сушки | 20 | 20 | 67,80 | 68,80 |
| УЖИН | | | | |
| Пудинг творожный с повидлом | 110/20 | 6,50 | 330,50 | 360,20 |
| Чай с сахаром | 150/5 | 180/6 | 20,08 | 24,10 |