

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

День 8 - ой

| Наименование блюд                       | Масса порций в зависимости от возраста детей (грамм) |       | Калорийность блюд |        |
|-----------------------------------------|------------------------------------------------------|-------|-------------------|--------|
|                                         | с 1-3                                                | с 3-7 | с 1-3             | с 3-7  |
| <b>ЗАВТРАК</b>                          |                                                      |       |                   |        |
| Каша манная молочная с маслом сливочным | 140/3                                                | 180/3 | 149,26            | 186,30 |
| Какао с молоком                         | 180/6                                                | 180/6 | 58,83             | 58,83  |
| Бутерброд с маслом сливочным            | 25/5                                                 | 30/5  | 98,50             | 111,60 |
| <b>2 - ой ЗАВТРАК</b>                   |                                                      |       |                   |        |
| Сок                                     | 125                                                  | 180   | 52,77             | 76,00  |
| <b>ОБЕД</b>                             |                                                      |       |                   |        |
| Салат из припущенной моркови с яблоками | 40                                                   | 60    | 16,16             | 24,24  |
| Щи со свежей капустой с картофелем, со  | 150/5                                                | 180/7 | 61,95             | 75,96  |
| Биточки "Домашние"                      | 50                                                   | 70    | 161,00            | 225,40 |
| Гороховое пюре                          | 110                                                  | 130/3 | 163,90            | 196,94 |
| Компот из урюка                         | 150                                                  | 180   | 44,85             | 68,20  |
| Хлеб пшеничный                          |                                                      | 25    |                   | 58,75  |
| Хлеб ржаной                             | 35                                                   | 45    | 69,30             | 89,10  |
| <b>ПОЛДНИК</b>                          |                                                      |       |                   |        |
| Молоко кипяченое                        | 150                                                  | 180   | 85,00             | 96,30  |
| Булочка с сахаром                       | 35                                                   | 35    | 95,67             | 95,67  |
| <b>УЖИН</b>                             |                                                      |       |                   |        |
| Рыба, тушеная с овощами                 | 40/20                                                | 50/25 | 493,18            | 245,23 |
| Рис отварной рассыпчатый с маслом       | 110/2                                                | 130/2 | 162,47            | 192,01 |
| Чай с сахаром                           | 150/5                                                | 180/6 | 20,08             | 24,10  |
| Хлеб пшеничный                          | 25                                                   | 30    | 58,75             | 70,50  |