

Утверждаю
Заведующий МДОУ «Д/с №10 «Светлячок»
И.А.Рогова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)	
		если сад	если сад	если сад	если сад
4 день					
Завтрак	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3	180/3	173,76	223,41
	Кофейный напиток с молоком	180/6	180/6	42,67	42,67
	Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом	25/5/10	30/5/10	106,70	119,80
2 завтрак	Сок	125	180	52,77	76,00
Обед	Салат из зеленого горошка к/с	30	50	25,08	41,8
	Суп картофельный с пшенной крупой	150	180	51,45	61,74
	Птица, тушенная в соусе с овощами	150	200	198	264,00
	Напиток из сухофруктов	150	180	73,33	68,18
	Хлеб "Ржаной"	35	45	69,30	89,10
	Хлеб пшеничный	----	25	-----	58,75
Полдник	Кисломолочный напиток (Кефир) с сахаром	150/2	180/3	83	102,00
	Булочка с сахаром	35	35	95,67	95,67
Ужин	Омлет натуральный с сыром	130	150	251,03	289,66
	Чай с сахаром	150/5	180/6	20,08	24,10
	Хлеб пшеничный	25	30	58,75	70,50
Итого за 4 день				1301,60	1627,38