

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Д/С № 10 «Светлячок»

И.А. Вогова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Энергетическая ценность(ккал)	
		если	сад	если	сад
5 день					
Завтрак	Суп молочный с вермишелью	180	200	108	120,00
	Какао с молоком	150/5	180	48,86	58,83
	Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/10/5	30/10/5	132,83	146,10
2 завтрак	Фрукты свежие (яблоки)	100	100	47	47,00
Обед	Винегрет овощной	40	60	50,04	75,06
	Суп из овощей с мясными фрикадельками, со сметаной	150/10/5	180/10/7	84,86	106,12
	Котлеты рубленые из говядины	50	70	150,76	211,06
	Каша гречневая рассыпчатый с овощами, с маслом сливочным	110/2	130/2	116,60	141,96
	Компот из свежих яблок	150	180	46,05	55,26
	Хлеб "Ржаной"	40	45	79,20	89,10
	Хлеб пшеничный	-----	25	-----	58,75
Полдник	Кисломолочный напиток (катык)	150	180	76	91,80
	Кондитерское изделие (мармелад)	10	10	83	83
Ужин	Элеш с птицей	100	100	245	245,00
	Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	180/6/7	21,78	26,48
Итого за 5 день				1289,98	1555,52