

Согласовано

Заведующий МБДОУ № 24

Сальникова Т. Б.



Меню № 3	Масса порции	Б	Ж	У	Ккал	Сборник рецепту
ЗАВТРАК						
1. Каша кукурузная молочная со сливочным маслом.	180/3	5,45	5,29	29,06	186,30	ТТК№4Д
2. Чай сладкий с молоком.	180/6	2,67	2,27	10,34	72,20	№413
3. Бутерброд с маслом сливочным.	30/5	2,29	4,50	15,49	111,60	№1
4. Фрукты.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№386
ОБЕД						
1. Салат из квашеной капусты.	50	0,85	2,50	4,23	42,85	№10
2. Суп картофельный с горохом на бульоне из индейки .	180	3,95	3,79	11,91	106,74	№87
3. Плов из отварной индейки.	200	16,94	7,94	45,75	290,64	№321
4. Напиток из урюка.	180	0,40	0,02	16,60	68,20	№394
5. Хлеб пшеничный/ржаной	20/45	1,52/ 2,97	0,16/ 0,54	9,84/ 17,82	47/ 89,10	
ПОЛДНИК						
1. Кисломолочный напиток.	180	5,22	4,50	7,56	91,80	№420
2. Булочка дорожная.	50	3,39	4,90	30,10	165,50	№453
УЖИН						
1. Фрикадельки рыбные отварные (минтай).	80	13,41	2,82	1,14	88,00	№279
2. Картофель запечённый.	140	3,80	8,25	29,53	212,80	№147
3. Напиток из шиповника.	180	0,61	0,25	18,68	79,38	№399
4. Хлеб пшеничный.	30	2,28	0,24	14,76	70,50	
За 3 день	1845	58,44	48,38	272,61	1770,11	