


 Утверждаю
 Заведующий МДОУ «Д/с №26 «Елочка»
 А.Г. Мингулова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)	
10 день		ясли	сад	ясли	сад
Завтрак	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	179,40	214,80
	Чай с сахаром, с яблоком	170/6/10	180/6	28,70	28,70
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/10/5	98,50	111,68
2 завтрак	Сок	200	200	84,80	84,80
Обед	Салат из зеленого горошка к\с	30	50	25,08	41,80
	Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне	150	180	42,88	51,45
	Жаркое по-домашнему из отварной птицы	150	200	177,15	236,20
	Компот из свежих фруктов	150	180	32,89	39,47
	Хлеб ржаной	35	45	69,23	89,19
	Хлеб пшеничный	20	30	47	70,57
Полдник	Кисломолочный напиток (кефир)	150	180	83	90
	Кондитерское изделие (пряники)	33	35	128,10	128,10
Ужин	Сырники из творога с повидлом	100/30	150	329	289,66
	Напиток из шиповника	150/5	180/6	26,15	31,38
Итого за 10 день				1351,88	1608,14