

День: 3

Дата:



Утверждено:  
Заведующая МБДОУ №21  
А.А. Киященко

Наименование блюда	Младшая группа	
	Вес блюда	Калорийность
<b>Завтрак:</b>		
Омлет натуральный	60	117,75
Какао с молоком	150	89,00
Хлеб пшеничный	20	47,60
Масло сливочное (порциями)	7	46,27
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>237</b>	<b>300,62</b>
<b>Второй завтрак:</b>		
Ряженка	150	76,00
<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>150</b>	<b>76,00</b>
<b>Обед:</b>		
Борщ с капустой и картофелем	180	84,01
Тефтели мясные с соусом сметанным с луком	60/60	171,00
Пюре картофельное	110	100,65
Кисель из смеси сухофруктов	150	106,65
Хлеб ржаной	30	66,00
<b>Итого за обед:</b>	<b>595</b>	<b>528,31</b>
<b>Полдник:</b>		
Салат из свеклы	40	37,56
Шницель рыбный натуральный	60	83,00
Чай с сахаром	150	40,00
Хлеб пшеничный	15	35,70
Фрукты свежие (по сезону)	65	28,60
<b>Итого за полдник:</b>	<b>330</b>	<b>224,86</b>
<b>Итого за день:</b>	<b>1312</b>	<b>1129,79</b>

