



Заведующая МБДОУ №21

А.А. Киященко

День 4

Дата:

Наименование блюда	Сад	
	Вес блюда	калорийность
<b>Завтрак:</b>		
Каша манная	180	213,60
Чай с сахаром	180	40,00
Хлеб пшеничный	20	47,60
Масло сливочное (порциями)	5	33,05
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>385</b>	<b>334,25</b>
<b>II завтрак:</b>		
Фрукты свежие (по сезону)	70	30,8
<b>Итого за II завтрак:</b>	<b>70</b>	<b>30,8</b>
<b>Обед:</b>		
Суп рисовый с говядиной и томатной пастой (харчо)	200/18	121,63
Рагу из птицы	70/100	277,16
Кисель из плодов свежих	180	99,18
Хлеб пшеничный	20	47,60
<b>Итого за обед:</b>	<b>588</b>	<b>545,57</b>
<b>Полдник:</b>		
Запеканка из творога со сметаной	100/7,5	271,9
Молоко кипяченое	180	102,00
<b>Итого за полдник:</b>	<b>287,5</b>	<b>373,9</b>
<b>Итого за день:</b>	<b>1330,5</b>	<b>1284,52</b>

