



Заведующая МБДОУ №21

А. А. Кияшенко

День 6

Дата:

Наименование блюда	Сад	
	Вес блюда	калорийность
<b>Завтрак:</b>		
Консервы овощные закусочные порциями (икра кабачковая)	100	121,26
Яйцо вареное	40	63,00
Чай с сахаром	180	40,00
Хлеб пшеничный	20	47,60
Масло сливочное (порциями)	5	33,05
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>345</b>	<b>304,91</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 картофельный	200	81,0
Запеканка картофельная с мясом	150	229,91
Кофейный напиток с молоком сгущенным	180	100,80
Хлеб ржаной	30	66,00
<b>Итого за обед:</b>	<b>560</b>	<b>477,72</b>
<b>Полдник:</b>		
Салат из белокочанной капусты	60	52,44
Биточки рыбные запеченные	70	94,50
Компот из сушеных фруктов	180	101,70
Хлеб пшеничный	15	35,70
<b>Итого за полдник:</b>	<b>325</b>	<b>245,7</b>
<b>Итого за день:</b>	<b>1300</b>	<b>1059,13</b>

