

Утверждаю:

Заведующий МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

Куклина В.В

13 октября

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша рисовая молочная	205	201
Бутерброд с маслом и сыром	45	117
Кофейный напиток на молоке	180	95
Второй завтрак:		
Сок	150	82
Обед:		
Салат Витаминный	60	37,2
Суп Полевой	200	106,66
Тефтели рыбные с рисом в соусе	70/50	165,46
Макароны отварные	150	160,3
Хлеб пшеничный	50	93,5
Хлеб ржаной	30	56,1
Компот из свежих фруктов	180	44,28
Полдник:		
Йогурт	200	141
Пирожок с яблоками	60	146,8
Ужин:		
Огурец свежий	60	9
Гуляш из сердца говяжьего	120	127,08
Картофель отварной	150	110
Хлеб пшеничный	30	78,9
Хлеб ржаной	20	36,2
Чай с сахаром	200	43
		1850,48