

Утверждаю:

Заведующий МБ ДОУ

«ПРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

Куклина В.В

12 октября

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша овсяная молочная	205	207,38
Бутерброд с маслом и повидлом	45	123,6
Какао на молоке	180	92
Второй завтрак:		
Груши	100	82,5
Обед:		
Салат Степной	60	43,2
Борщ со сметаной	200	80
Гуляш из говядины	70/50	139,36
Гречка отварная	150	131,64
Хлеб пшеничный	50	93,5
Хлеб ржаной	30	56,1
Напиток из шиповника	180	77
Полдник:		
Молоко	200	108
Бисквит	60	141,5
Ужин:		
Икра свекольная	60	53,06
Котлеты картофельные с маслом	160	244,64
Хлеб пшеничный	30	78,9
Хлеб ржаной	20	36,2
Чай с молоком	200	67,2
		1837,7