



Утверждено заведующим
О.Д. Вострикова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
Неделя первая 26.09.2024		сад	
Завтрак			
	Каша Геркулес на молоке с маслом	200	186,7
	Какао с молоком	180	71,69
	Масло сливочное (порциями)	5	33,05
	Хлеб пшеничный	30	70,5
Всего за завтрак		415	361,94
Обед			
	Лук (порционно)	50	37,66
	Борщ со сметаной	180	123,54
	Гуляш из мяса говядины	80	151,51
	Рис отварной (гарнир).	130	119,73
	Компот из чернослива с витамином С	180	36,82
	Хлеб пшеничный	30	70,5
	Хлеб ржаной.	50	87
Всего за обед		700	626,76
Полдник			
	Батон нарезной с джемом или вареньем	50	134,33
	Йогурт	180	122,4
	Фрукты	100	47
Всего за полдник		330	303,73
Ужин			
	Сырники из творога	200	418,13
	Соус, сметанный с сахаром	30	44,87
	Чай с сахаром	200	20,8
	Хлеб пшеничный.	20	47
Всего за ужин		450	530,8
Итого за день		1895	1823,23