

1 неделя (12 часов)

«Согласовано»

Заведующий МБДОУ Д/С № 19

Исходный № 19

«19» 09 2019

«Утверждаю»

Директор ООО «ДОНРЕСУРС»

Исходный № 19

«19» 09 2019



Четверг

Наименование блюда:	Выход порции 3-7 лет	Пищевые вещества/г/			(Ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
Каша жидкая молочная овсяная	180	6,45	11,14	20,74	256,50
Бутерброды с сыром	40	4,90	18,20	12,46	131,88
Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	10,20	41,00
Завтрак 2					
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Обед					
Капуста квашенная с растительным маслом	50	0,65	2,50	4,00	42,00
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	185	1,59	4,10	7,35	73,66.
Рагу из овощей	130	2,60	10,40	13,50	158,30
Фрикадельки рыбные	80	6,68	2,40	6,51	74,00
Соус томатный	20	0,28	0,99	1,17	30,45
Компот из свежих плодов с витамином С	180	0,14	0,14	25,092	103,14
Хлеб ржаной	30	1,91	0,30	12,30	59,40
Хлеб пшеничный	30	1,80	0,75	7,35	46,41
Полдник					
Оладьи с повидлом	125	8,78	8,69	54,07	329,54
Кисломолочный продукт	180	5,22	4,50	7,20	90,00

Ответственный Рубинский