

УТВЕРЖДАЮ

Заведующая МБДОУ "Детский сад №26" Бархатова М.В.



Наименование блюд	ясли (до 3х)		сад	
	выход порции	к/кал	выход порции	к/кал
<b>Завтрак</b>				
Каша манная молочная	150	177,5	200	237,54
Кофейный напиток с молоком	150	87,5	180	107,5
Хлеб пшеничный с маслом и сыром	20/5/7	48,64/43,3/36	30/7/12	79,1/60,7/48
Яблоко	100	50,4	100	50,4
<b>Завтрак 2</b>				
Сок овощной, сок фруктовый	100	43	100	43
<b>Обед</b>				
Салат из морской капусты с клюквой	40	27,1	60	45,57
Суп картофельный с птицей	165	75,35	200	92
Филе минтая, запеченное в амлете	55	101,6	70	116,2
Капуста тушеная	110	49,9	120	54,89
Компот из сухофруктов	150	84,2	180	106,5
Хлеб пшеничный. Хлеб рж/пш	20/20	48,6/45,6	30/25	79,1/59,63
<b>Полдник</b>				
Варенец	180	121,2	190	133,1
Вафли	40	153,2	40	153,2
<b>Ужин</b>				
Суфле из отварного мяса	65	172,5	85	225,57
Пюре картофельно-морковное	100	76,6	110	97,2
Салат из свежего томата	30	45,1	40	54,7
Чай с лимоном	150	49,8	180	61,3
Хлеб пшеничный. Хлеб рж/пш	20/20	45,6/48,64	25/20	59,63/48,64