

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
Детским садом № 84
«Снегурочка»
Налетова Н И

День № 3

10.01.24

	Ясли (выход)	ккал	Сад (выход)	ккал
Завтрак				
Каша пшеничная молочная	150	287,6	200	303,5
ГРЕНКА С сыром	25/5/20	220,15	50/5/20	222,6
чай	150	7,6	200	8,2
	350	515,35	475	534,3
Второй завтрак				
фрукты	100	55	100	55
Обед				
Суп картофельный с фрикадельками	150	162,4	200	189,7
Гуляш мясной	150	117,2	200	134
Лапша отварная	150		200	
Соус сметанный	10	103,2	10	103,2
Напиток лимонный	150	46,45	200	68,25
Хлеб	25	133	50	186
Салат из свеклы с черносливом р/м	20		20	
	655	680	880	836
Полдник				
какао напиток	150	355	200	474
Пирожное язык слоеный	70	122,5	70	140,0
	220	477	270	614
Ужин				
Отварной картофель с соленой рыбой кусочком	150/25	287,6	200/30	303,5
Чай	200	45,5	200	65,5
хлеб	50	65	50	133
	425	398	480	502
Второй ужин				
Чай булочка посыпная	150/100	355/80	200/100	474/95
	250	435	300	569
Итого	2000	2,560	2,505	3,110