

апреля 2024г.
сезон: весенне-летний период
неделя: первая

утверждаю
МБДОУ Д/сад "Зернышко" с. Дедуровка
О.В.Цепкова
с. Дедуровка

Завтрак		Объем порций для детей до 3-х лет (гр)	энерг. ценность ккал	Объем порций для детей старше 3-х лет (гр)	5 день энерг. ценность ккал
Омлет натуральный		150	143,65	170	162,81
Бутерброд с маслом		23	74,24	25	80,7
Какао с молоком		160	76,8	200	96
Итого			294,69		339,51
Второй завтрак					
Сок фруктовый		100	70	100	70
Обед					
Салат из соленых огурцов с луком		30	22,4	50	28
Суп картофельный с рисом и сметаной		150	82,03	180	98,44
Рыба тушеная в томате с овощами		60	78,05	70	91,06
Пюре картофельное		110	81,55	130	96,38
Гренки из пшенич хлеба		20	50	25	62,5
Хлеб ржано-пшеничный		19	43,68	24	55,18
Компот из с/ф витаминизированный		150	37,6	180	45,13
Итого			395,31		476,69
Полдник					
Вафли		25	95,53		152,84
Ряженка		145	70,4	40	83,6
Итого			165,93		236,44
того			945,19		1162,20
сего					

Шеф-повар

Пономарева О.М.

/Пономарева О.М./