Утверждаю:
Заведующая
МБДОУ № 3 «Одуванчик»
_____ Е.Е. Сихаджок

Меню «11» октября 2021года

Завтрак

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Калорийность
1.	Суп молочный с вермишелью	200	186,7
2.	Отварное яйцо	40	63
3.	Хлеб пшеничный с маслом	30,8/6	101,49
4.	Чай с сахаром	200	33,05

Второй завтрак

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Калорийность
1.	Сок фруктовый	166,25	88

Обед

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Калорийность
1.	Борщ со свежей капустой	200	88,97
2.	Плов из отв.птицы	170	350,38
3.	Хлеб пшеничный	30	70,5
4.	Хлеб ржаной	50	100,5
5.	Компот из сухофруктов	200	82,19

Полдник

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Калорийность
1.	Рагу из овощей	200	155,8
2.	Хлеб пшеничный	29	47
3.	Пирожок с повидлом	70	207,9
4.	Какао с молоком	200	129,68
5.	Фрукты свежие	130	61,1
ИТОГО калорийность за день:			**1766,26**

Elena Sikhadzhok

Подписано цифровой подписью: Elena Sikhadzhok
DN: cn=Elena Sikhadzhok, o=МБДОУ "Детский сад № 3 "Одуванчик", ou, email=oduwanchick3@yandex.ru, c=RU
Дата: 2021.10.11 11:27:14 +03'00'