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

Меню «27» декабря 2021года

Завтрак

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Калорий ность
1.	Каша манная молочная жидкая	200	190,61
2.	Отварное яйцо	40	63
3.	Хлеб пшеничный с маслом	32,2/6	101,49
4.	Кофейный напиток с молоком	200	132,83

Второй завтрак

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Калорий ность
1.	Сок фруктовый	162,2	88

Обед

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Калорий ность
1.	Суп (Полевой)	200	192,17
2.	Котлета из курицы	80	122,14
4.	Зеленый горошек	142,68	24,9
5.	Хлеб пшеничный	30	70,5
6.	Хлеб ржаной	60,97	100,5
7.	Компот из сухофруктов	200	82,19
8.	Каша гречневая	100	169,67

Полдник

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Калорий ность
1.	Картоф. отварной	125	131,22
2.	Икра.из отв.морков	80	99,46
3.	Хлеб пшеничный	20	47
4.	Булочка	70	204,92
5.	Чай с сахаром	200	33,05
6.	Фрукты свежие	130	61,1
ИТОГО калорийность за день:			**1974,77**

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: 2021.12.27 13:44:10 +03'00'