

Утверждаю
Заведующий МБДОУ "Д/с №1
"Дюймовочка" с. Р. Акташ"
Е.П. Зюзгина

День 9-ый

Наименование блюд	Масса порций в		Калорийность	
	с 1-3	с 3-7	с 1-3	с 3-7
ЗАВТРАК				
Каша пшеничная молочная с	140/3	180/3	191,96	241,16
Чай с молоком, сахаром	180/6	180/6	72,70	72,70
Бутерброд с маслом сливочным,	25/5	30/5	98,50	111,60
2 - ой ЗАВТРАК				
Фрукты свежие (яблоки)	100	100	47,00	47,00
ОБЕД				
Салат из моркови с яблоками	40	60	20,92	31,38
Суп-лапша домашняя на курином	150/10	180/10	95,65	114,78
Рыба, тушеная с овощами	40/20	50/25	196,18	303,43
Пюре картофельное	120	140	109,80	128,10
Напиток из сухофруктов	150	180	73,33	68,18
Хлеб пшеничный	20	25	47,00	58,75
Хлеб ржаной	35	45	69,30	89,10
ПОЛДНИК				
Кисломолочный напиток (Катык)	150	180	76,00	91,80
УЖИН				
Вак балиш с рисом и мясом	90	90	234,63	234,63
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	180/6/7	21,78	26,48