

Возрастная категория от

Утверждаю:

МКДОУ ДС №7

О.В.Перепелюкова

с. Благодатное
Перепелюкова

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
Неделя 1 День 3		1,5-3	3-7	-	3-7
Завтрак	Каша молочная пшеничная	-	200	-	272
	Хлеб пшеничный	-	40	-	96,8
	Чай с сахаром	-	180	-	50,4
Итого за завтрак		-	420	-	419,2
Обед	Щи со свежей капустой и сметаной	-	200	-	92,6
	Птица отварная	-	70	-	79,8
	Макароны отварные с овощами	-	150	-	334
	Хлеб пшеничный	-	40	-	96,8
	Хлеб ржано-пшеничный	-	40	-	144
	Компот из сухофруктов	-	180	-	118,6
Итого за обед		-	680	-	865,8
Полдник	Хлеб йодированный	-	60	-	124,8
	Ряженка	-	180	-	99
Итого за полдник		-	240	-	223,8
Итого за 4 день		-	1350	-	1508,8