

Согласовано:
Заведующий Детского сада № 95



Утверждаю:
ООО "Азбука питания"
Е.А. Широканова

(вторник)

Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ ккал
Завтрак ДОУ 3-7 л. 12 ч.		
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	218,3
Масло сливочное (порциями)	10	66,1
Чай с лимоном	180	53,9
Батон	30	78,2
Итого за завтрак:	400	416,5
Обед ДОУ 3-7 л. 12 ч.		
Суп картофельный с вермишелью	180	110
Котлета рыбная	70	140,9
Капуста тушеная	130	120,9
Напиток из плодов шиповника	180	115,8
Хлеб ржаной	20	51,8
Хлеб пшеничный	20	56,8
Итого за обед:	600	596,2
Полдник ДОУ 3-7 л. 12 ч.		
Морковь отварная	50	36
Запеканка из творога с рисом	180	332,6
Соус сладкий из повидла	30	39,2
Кисель с витаминами «Витошка»	200	95
Хлеб пшеничный	20	56,8
Итого за полдник:	480	559,6
Итого за день:	1480	1572,3

Согласовано: _____
 Заведующий Детского сада № _____



Утверждаю:
 ООО "Азбука питания"
 _____ Е.А. Широканова

(вторник)

Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ ккал
Завтрак ДОУ 1-3 л. 12 ч.		
Каша пшениная молочная с маслом сливочным	150	182
Масло сливочное (порциями)	10	66,1
Чай с лимоном	160	49,6
Батон	30	78,2
Итого за завтрак:	350	375,9
Обед ДОУ 1-3 л. 12 ч.		
Суп картофельный с вермишелью	150	82,5
Котлета рыбная	60	120,7
Капуста тушеная	120	111,6
Напиток из плодов шиповника	150	96,5
Хлеб ржаной	20	51,8
Хлеб пшеничный	20	56,8
Итого за обед:	520	519,9
Полдник ДОУ 1-3 л. 12 ч.		
Морковь отварная	30	21,6
Запеканка из творога с рисом	150	293,5
Соус сладкий из повидла	15	39,2
Сок 0,2	158	124,5
Хлеб пшеничный	20	56,8
Итого за полдник:	373	535,6
Итого за день:	1243	1431,4



Согласовано:
Заведующий Детского сада № 95

Утверждаю:

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широканова

(вторник)

Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ ккал
Завтрак ДОУ 3-7 л. 10 ч.		
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	180	218,3
Масло сливочное (порциями)	10	66,1
Чай с лимоном	180	53,9
Батон	30	78,2
Итого за завтрак:	400	416,5
Обед ДОУ 3-7 л. 10 ч.		
Суп картофельный с вермишелью	180	110
Котлета рыбная	60	120,7
Капуста тушеная	130	120,9
Напиток из плодов шиповника	180	115,8
Хлеб ржаной	20	51,8
Хлеб пшеничный	20	56,8
Итого за обед:	590	576
Полдник ДОУ 3-7 л. 10 ч.		
Морковь отварная	30	21,6
Запеканка из творога с рисом	150	293,5
Соус сладкий из повидла	30	39,2
Кисель с витаминами «Витошка»	180	95
Хлеб пшеничный	20	56,8
Итого за полдник:	410	506,1
Итого за день:	1400	1498,6