

Согласовано:
Заведующий Детского сада № 95
Першина Н.А.



(вторник)

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



Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ ккал
Завтрак ДОУ 1-3 л. 12 ч.		
Каша манная молочная с маслом сливочным	150	155,4
Сыр (порциями)	10	36,3
Чай с лимоном	180	47,9
Батон	30	78,2
Итого за завтрак:	370	317,8
Обед ДОУ 1-3 л. 12 ч.		
Морковь отварная	30	21,6
Свекольник со сметаной	150	82
Фрикадельки мяные	50	110,4
Соус, сметанный с томатом	15	11,9
Пюре картофельное	120	117,6
Напиток из смеси сухофруктов	150	76,3
Хлеб ржаной	20	51,8
Хлеб пшеничный	20	56,8
Итого за обед:	555	528,4
Полдник ДОУ 1-3 л. 12 ч.		
Булочка домашняя	40	157,6
Макаронные изделия отварные с сыром	130	207
Кисломолочный продукт	150	79,5
Хлеб ржаной	20	51,8
Итого за полдник:	340	495,9
Итого за день:	1265	1342,1

Согласовано:
Заведующий Детского сада № 95
Першина Н.И.



Утверждаю: "АЗБУКА
ПИТАНИЯ"
Е.А. Широкова



Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ ккал
Завтрак ДОУ 3-7 л. 10 ч.		
Каша манная молочная с маслом сливочным	200	207,2
Сыр (порциями)	10	36,3
Чай с лимоном	180	55,8
Батон	30	78,2
Итого за завтрак:	420	377,5
Обед ДОУ 3-7 л. 10 ч.		
Горошек зеленый отварной	50	41,7
Свекольник со сметаной	180	98,4
Фрикадельки мясные	50	132,5
Соус, сметанный с томатом	20	15,8
Пюре картофельное	130	127,4
Напиток из смеси сухофруктов	180	89,2
Хлеб ржаной	20	51,8
Хлеб пшеничный	20	56,8
Итого за обед:	650	613,6
Полдник ДОУ 3-7 л. 10 ч.		
Булочка домашняя	40	157,6
Макаронные изделия отварные с сыром	130	207
Кисломолочный продукт	180	95,4
Хлеб ржаной	20	51,8
Итого за полдник:	370	511,8
Итого за день:	1440	1502,9

Согласовано:
Заведующий Детского сада № 95
Першина Н.И.



Утверждено
ООО "Азбука питания" Е.А. Цирканова



Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ ккал
Завтрак ДОУ 3-7 л. 12 ч.		
Каша манная молочная с маслом сливочным	200	207,2
Сыр (порциями)	10	36,3
Чай с лимоном	180	55,8
Батон	30	78,2
Итого за завтрак:	420	377,5
Обед ДОУ 3-7 л. 12 ч.		
Горошек зеленый отварной	50	41,7
Свекольник со сметаной	180	98,4
Фрикадельки мясные в соусе	60	132,5
Соус, сметанный с томатом	20	15,8
Пюре картофельное	130	127,4
Напиток из смеси сухофруктов	180	89,2
Хлеб ржаной	20	51,8
Хлеб пшеничный	20	56,8
Итого за обед:	660	613,6
Полдник ДОУ 3-7 л. 12 ч.		
Булочка домашняя	40	157,6
Макаронные изделия отварные с сыром	180	286,6
Кисломолочный продукт	200	95,4
Хлеб ржаной	20	51,8
Итого за полдник:	440	591,4
Итого за день:	1520	1582,5