

МБДОУ № 66

Заведующая Казарова В.О

День 7

Меню

Наименование блюд		Вес, гр.	Калор, Ккал.	Детсад
ЗАВТРАК				
-Суп молочный с крупой		150/131	200/175	
-Какао с молоком		180/59	200/64	
-Бутерброд с маслом		20/6/90	25/6/103	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
-Соки овощные, фруктовые и ягодные		180/78	200/87	
обед				
-Икра кабачковая (промышленного произв		30/36	50/59	
-Борщ с капустой свежей со сметаной, с		180/88	200/98	
-Жаркое по-домашнему		150/212	200/280	
-Компот из сухофруктов		180/22	200/26	
-Хлеб пшеничный		15/35	20/47	
-Хлеб ржаной		40/78	50/97	
ПОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК				
-Кисломолочный напиток 180/200		180/92	200/102	
-Бисквитик из моркови		50/193	60/232	
УЖИН				
-Вареники ленивые с маслом сливочным		145/5/347	175/5/414	
-Напиток из шиповника		180/53	200/63	
-Плоды свежие		95/42	100/44	

Итого калорийность: 1554.75 1891.27

МБДОУ № 66

Заведующая

Казарова В.О

День 8

Меню

Наименование блюд		Вес, гр. / Калор, Ккал.	Детсад
ЗАВТРАК			
25-Каша молочная с фруктами (или тыквой)		130/132	200/201
25-Кофейный напиток с молоком		180/61	200/66
25-Бутерброд с маслом и сыром		35/5/9/153	50/5/13/205
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			
25- Молоко кипяченое 100/130		100/59	130/77
обед			
25-Салат "Рубин" (из свеклы с изюмом и ч		40/51	60/72
25-Суп - уха с рыбой		180/134	180/134
25-Печень говяжья по-строгановски		60/145	70/172
25-Макароны изделия отварные с овощами		110/123	150/166
25-Кисель из ягод свежемороженых		180/56	200/69
25-Хлеб пшеничный		15/35	25/59
25-Хлеб ржаной		20/39	25/49
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК			
25-Компот из ягод замороженных		180/28	200/33
25-Манник со стуженным молоком		50/25/284	60/30/344
УЖИН			
25-Кукуруза с яйцом		40/43	60/60
25-Котлеты, биточки, шницели из говядины		60/188	70/224
25.-Рагу из овощей		120/69	150/90
25-Чай с лимоном		180/21	200/25
25-Хлеб пшеничный		15/35	25/59
25-Хлеб ржаной		20/39	25/49

Итого калорийность: 1694.90 2151.31