

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №43
МО Кореновский район
Д.И. Галанопуло



<u>Завтрак</u>	Выход порции			Калорийность		
	Если	Сад	12-часовые	Если	Сад	12-часовые
Омлет	130	150	150	140,04	161,58	161,58
Икра кабачковая	40	50	50	24,78	30,98	30,98
Чай с сахаром	150	180	180	24,03	28,84	28,84
Хлеб пшеничный	22	30	32	47,45	69,02	69,02
Масло сливочное	4	5	5	26,44	33,05	33,05
Сыр	6	9	9	19,26	28,89	28,89
<u>10 часов</u>						
Плоды свежие	95	100	100	44,65	47	47
<u>Обед</u>						
Суп рыбный с яйцом	150	200	200	101,08	134,78	134,78
Голубцы ленивые	60	80	80	101,4	135,2	135,2
Икра свекольная	110	130	130	84,56	99,93	99,93
Сок фруктовый	150	180	180	72	86,4	86,4
Хлеб пшеничный	22	30	32	47,45	69,02	69,02
Хлеб ржаной	26	32	22	51,45	43,54	43,54
<u>Полдник</u>						
Рогалики с повидлом	60	80	80	193,39	257,86	257,86
Кисломолочный напиток	180	200	200	94,5	105	105
<u>Полдник</u> <u>уплотненный</u>						
Макаронник с печенью или мясом	-	-	150	-	-	283,09
Овощи по сезону	-	-	50	-	-	7
Хлеб ржаной	-	-	22	-	-	43,54
ИТОГО				1072,48	1031,09	1664,72