Утверждаю:
заведующая _____ Н.М.Беликова

на 10.01.2024г
(2 неделя)

ЗАВТРАК **ясли** **сад**

	грамм	ккал	грамм	ккал
Омлет	**90**	108,97	**130**	203,65
Консервир. горошек	**65**	12,48		
Икра кабачковая консерв.			**120**	43,26
Сыр в порц. нарезке	**8**	36,4	**13**	54,6
Какао на молоке 2-й вар	**160**	124,61	**180**	143,04
Хлеб пшеничный с маслом	**30/5**	102,85	**30/6**	109,32

2-ой ЗАВТРАК

Сок фруктовый	**150**	75	**150**	75

ОБЕД

Борщ со свежей капустой	**180**	105,5	**200**	123,2
Плов из отварн.говядины	**130**	239,98	**180**	295,16
Хлеб пшеничный	**20**	47	**30**	70,5
Хлеб пшен.-ржаной	**36**	62,64	**45**	78,3
Компот из сухофруктов	**160**	60,5	**180**	56,88

ПОЛДНИК

Тефтеля рыбная	**70**	104,48	**80**	141,95
Томатный соус	**30**	19,54	**40**	24,26
Картофель отварной	**110**	143,5	**130**	136,46
Хлеб пшеничный	**20**	47	**20**	47
Чай с сахаром	**160**	20,5	**180**	29,745
Фрукты свежие	**85**	44	**90**	47
Кондитерский изделия(пряники)	**25**	101,5	**50**	167,9
ИТОГО	**1373,96ккал**		**1775,965ккал**	