

06 ноября 9 день		Утверждаю: Заведующий д/с №12 В.В. Данилова	
Наименование блюда	Выход порции, г или/сад	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК			
Каша ячневая молочная	150/180	121,9/146,3	
Батон с повидлом	30/5	90,5	
Кофейный напиток с молоком	150/180	66,8/80,1	
Хлеб на день	70/100	219,5	
10.00. Сок	150	81	
ОБЕД			
Суп крестьянский с крупой и сметаной	150/180	66,0/79,2	
Рыба, тушеная с овощами	60/70	178,2/180,8	
Рис	130/150	162,9/188,0	
Компот из кураги и изюма	150/180	48,58/58,5	
ПОЛДНИК			
Омлет	70/80	131/125	
Сдоба	1/2шт	62,55	
Чай с лимоном	150/200	27,0/36,0	