

20 июля 1 день Утверждаю		
Заведующий МБДОУ д/с № 12 В.В. Данилова		
Наименование блюда	Выход порции, г если/сад	Калорийность, кКал
ЗАВТРАК		
Каша манная молочная	150/180	133,5/160,2
Батон с маслом	30/5	90,5
Кофейный напиток с молоком	150/180	101,2/121,5
10.00 Сок	100/110	80,7
ОБЕД		
Щи со свежей капустой	150/180	40,5/48,6
Биточки мясные	60/70	158,4/184,8
Каша рисовая вязкая	120/150	109,2/136,5
Соус томатный	15/20	16,85
Огурец свежий порционный	30/40	4,2/5,6
Компот из сухофруктов	150/180	53,3/71,0
ПОЛДНИК		
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	40/50	61,3/76,6
Пирожки со свежей капустой и яйцом	70	175,0
Чай с лимоном	150/200	27,0/36,0
Хлеб на день	70/100	152,0/219

20 июля 1 день Утверждаю		
Заведующий МБДОУ д/с № 12 В.В. Данилова		
Наименование блюда	Выход порции, г если/сад	Калорийность, кКал
ЗАВТРАК		
Каша манная молочная	150/180	139,5/160,2
Батон с маслом	30/5	90,5
Кофейный напиток с молоком	150/180	101,2/121,5
10.00 Сок	100/110	80,7
ОБЕД		
Щи со свежей капустой	150/180	40,5/48,6
Биточки мясные	60/70	158,4/184,8
Каша рисовая вязкая	120/150	109,2/136,5
Соус томатный	15/20	16,85
Огурец свежий порционный	30/40	4,2/5,6
Компот из сухофруктов	150/180	53,3/71,0
ПОЛДНИК		
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	40/50	61,3/76,6
Пирожки со свежей капустой и яйцом	70	175,0
Чай с лимоном	150/200	27,0/36,0
Хлеб на день	70/100	152,0/219