

4 августа	Утверждаю:	Д/с № 12 В.В. Данилова		
Заведующий МБДОУ				
Наименование блюда		Выход порций, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК		если/сад		
Каша ячневая молочная		150/180	154,5/185,4	
Батон с маслом, сыром		30/5/10	137,0	
Какао с молоком		150/180	101,3/121,5	
10.00 Яблоко		90/102	70,5	
ОБЕД				
Суп из овощей со сметаной		150/180	65,3/78,3	
Рыба жареная		60/70	64,2/74,9	
Картофельное пюре		130/170	117,0/153,0	
Салат из свежих огурцов с помидорами		40/60	41,7/62,5	
Компот из кураги и изюма		150/180	53,3/64,8	
ПОЛДНИК				
Запеканка из творога, повидло		100	206	
Пряник		1 шт.		
Чай с лимоном		150/200	27,0/35,0	
Хлеб на день		70/100	152,0/219	

4 августа	Утверждаю:	Заведующий МБДОУ	д/с № 12 В.В. Данилова
Наименование блюда		Выход порции, г	Калорийность, ккал
ЗАВТРАК			
Каша ячневая молочная		150/180	152,5/185,4
Батон с маслом, сыром		30/5/10	137,0
Какао с молоком		150/180	101,3/121,5
10.00 Яблоко		90/102	70,5
ОБЕД			
Суп из овощей со сметаной		150/180	65,3/78,3
Рыба жареная		60/70	64,2/74,9
Картофельное пюре		130/170	117,0/153,0
Салат из свежих огурцов с помидорами		40/60	41,7/62,5
Компот из кураги и изюма		150/180	53,3/64,8
ПОЛДНИК			
Запеканка из творога, повидло		100	206
Пряник		1 шт.	
Чай с лимоном		150/200	27,0/35,0
Хлеб на день		70/100	152,0/219