

МАУ
«ДЮСШ №6»
ДОШКО

дошкольного отделения "Родничок" МАОУ СОШ № 6
Е.В.Ширяевой

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 12					
Завтрак:		с 1-3 года		с 3-7 года	
	Каша пшеничная с молоком	160	173,00	180	194,63
	Какао с молоком	150	89,00	200	118,67
	Бутерброд с молоком сгущённым	50	146,36	65	190,27
	итого за завтрак	360	408,36	445	503,57
Завтрак 2:	Отвар шиповника	100	40,67	100	40,67
	итого за завтрак 2	100	40,67	150	40,67
Обед:	Морская капуста	35	42,70	50	61,00
	Суп лапша с овощами	150	62,85	200	83,80
	Жаркое по "Домашнему"	160	192,72	200	240,90
	Компот из сухофруктов	150	84,75	180	101,70
	Хлеб ржаной	40	84,80	50	106,00
	итого обед	535	467,82	680	593,40
Полдник:	Нектар/сок	100	55,33	100	55,33
	итого за полдник	100	55,33	100	55,33
Ужин:	Омлет	180	293,07	200	351,69
	Кондитерское изделие	40	134,40	40	134,40
	Хлеб пшеничный витамин.	60	141,00	80	188,00
	Чай	150	33,33	200	40,00
	итого ужин	430	601,80	520	714,09
Итого за		1525	1573,98	1895	1907,06