

Приём пищи с 1 до 3 лет	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость 1 дня
3 неделя день 4				
Завтрак:	Суп молочный вермишелевый	150	117,0000	
	Бутерброд с джемом или повидлом	20/5	61,0000	
	Какао с молоком	150	100,5000	
	Фрукты и ягоды свежие (апельсин)/напиток из свежемороженой мороженой (вишня, смородина)	95/100	40,85/20,21	
Обед:	Салат из огурцов и помидоров/салат из соевых огурцов	40/30	33,196/19,947	
	Борщ красный со сметаной на м/к бульоне	180	58,9100	
	Каша гречневая рассыпчатая	120	216,4000	
	Гуляш в томатно-сметанном соусе	50	78,1200	
	Напиток апельсиновый	150	78,7500	
	Хлеб пшеничный	30	64,3300	
	Хлеб ржаной	30	75,6000	
Полдник:	Биточки или котлеты рыбные	60	91,1570	
	Салат из моркови и чеснока	45	48,7500	
	Хлеб пшеничный	20	58,3720	
	Чай с сахаром/кефир	150/150	39,795/88,5	
Итого за четвертый день			1 048,8890	117-68
Приём пищи с 3 до 7 лет	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость 1 дня
3 неделя день 4				
Завтрак:	Суп молочный вермишелевый	200	156,0000	
	Бутерброд с джемом или повидлом	30/8	61,0000	
	Какао с молоком	200	134,0000	
	Фрукты и ягоды свежие (апельсин)/напиток из свежемороженой мороженой (вишня, смородина)	100/100	43,0/20,210	
Обед:	Салат из огурцов и помидор/салат из соевых огурцов	60/50	49,794/32,2450	
	Борщ красный со сметаной на м/к бульоне	200	65,4560	
	Каша гречневая рассыпчатая	150	270,5000	
	Гуляш в томатно-сметанном соусе	80	124,9900	
	Напиток апельсиновый	200	105,0000	
	Хлеб пшеничный	40	116,7440	
	Хлеб ржаной	40	75,6000	
Полдник:	Котлеты или биточки рыбные	80	109,3000	
	Хлеб пшеничный	25	72,9650	
	Салат из моркови и чеснока	60	65,0000	
	Чай с сахаром/кефир	200/180	53,06/106,2	
Итого за четвертый день			1 356,5550	115-73



Директор ГБОУ СОШ с. Шигоны *Е.Н. Чулочникова* Чулочникова Е.Н.  
 Старшая м/с *Е.Н. Чулочникова*