

Приём пищи с 1 до 3 лет 3 неделя день 4	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетич. ценность (ккал)	Стоимость 1 дня	
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 фруктов(вишня, смородина)	95/100	40,85/20,21		
	Обед:	Салат из огурцов и помидоров/салат из соленых 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	
	Полдник:	Хлеб пшеничный	30	64,3300	
Хлеб ржаной		30	75,6000		
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	108,23	
Приём пищи с 3 до 7 лет 3 неделя день 4		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 фруктов(вишня, смородина)	100/100	43,0/20,210		
	Обед:	Салат из огурцов и помидор/салат из соленых 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	
	Полдник:	Хлеб пшеничный	40	116,7440	
Хлеб ржаной		40	75,6000		
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	123,99	



Директор ГБОУ СОШ с. Шигоны *Салмина Т.И.*
И.о.старшей м/с *Салмина Т.И.* М.П. *Салмина Т.И.*