

Согласовано: Заведующий МОУ Центром развития ребенка № 11 	Н.А. Богомолова
---	-----------------

года 4-й день

для детей 3-7 лет

Наименование режимного момента	Наименование блюда	Вес в гр.	Белки гр.	Жиры гр.	Углеводы гр.	Энергетич. ценность, ккал
ЗАВТРАК	1. Суп молочный с крупой (гречневой)	180	5,3	4,8	15,1	125,3
	2. Чай с лимоном	180/10/ 7	0,2	0,0	10,0	41,7
	3. Бутерброд с сыром	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3
	4. Фрукты свежие (яблоко)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
2-й ЗАВТРАК	1. Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4
ОБЕД	1. Помидоры соленные	60	0,7	0,0	1,4	8,1
	2. Суп картофельный с бобовыми (горох) на мясо-костном бульоне	180	4,7	3,9	13,6	110,3
	3. Тефтели с соусом (говядина)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	4. Макаaronные изделия отварные с маслом	130	4,9	4,4	31,1	188,4
	5. Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	15,5	61,9
	6. Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
	7. Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
УПЛОТ- НЕННЫЙ ПОЛДНИК	1. Котлета рубленая из птицы	70	11,5	11,6	11,5	197,9
	2. Пюре картофельное	130	2,7	3,9	18,5	124,4
	3. Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	4. Булочка Веснушка	50	4,0	3,0	29,6	160,9
	5. Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Всего за день			60,5	53,9	277,0	1866,5
Шеф-повар:			И.В. Шубина			