

Согласовано
Заведующий МБДОУ № 19 «Звездочка»
Н.В. Петрова
« 22 » 2022 г.

7 ДЕНЬ

ЗАВТРАК		Нормы	Ккал
1.	Каша ячневая молочная с маслом слив	180/3	214,8
2.	Кофейный напиток с молоком	180/6	74,58
3.	Бутерброд маслом сливочным, сыром	30/5/5.	128,77
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			
10.00	Фрукты	100	47
ОБЕД			
1.	Салат из квашенной капусты	50	42,85
2	Борщ со свежей капустой на кур.бульоне со сметаной	180/7	85,97
3.	Гуляш и отварной птицы	40/40	123,51
4.	Макароны с маслом сливочным	130/3	165,79
5.	Компот из свежих яблок	180	103,14
6.	Хлеб "Дарницкий" / 7. Хлеб пшеничный	45/30	89,19 / 70,57
ПОЛДНИК			
1.	Кисломолочный напиток	180	92
УЖИН			
1.	Расстегай с рыбой	100	220
2.	Напиток из шиповника	180/6	31,38
Всего:		1680	1489,55