

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МДОБУ № 32 «Росинка»
Н.Н. Мурашова

Дата 19.12.2024г.

9 день

Наименование блюд	Масса порции грамм		Энергетическая ценность ккал
	1-3	3-7	
Завтрак. Каша вязкая пшениная молочная	150/200		117/156
Бутерброд с повидлом	30/40, 5/8		61/92
Чай	150/180		0,28/0,42
Завтрак 2 Фрукт (банан)	100		86,4
Обед			
Щи на м/б со сметаной	200/250		95,5/117,4
Огурец свежий порционный	45/60		6,3/8,4
Котлета рыбная	70/80		99,75/114
Рис отварной	100/150		140/210
Соус красный основной	35/50		21,7/31
Компот из сухофруктов	150/200,0		84,8/113
Хлеб ржаной	40/50		64,2/96
Полдник			
Макаронны отварные с маслом	150/200 1/1		112/168 63/63
Какао на молоке	150/180		89/107
Хлеб пшеничный	30/40		68,7/103
Итого за день	1385/1758		1100/1432