

Заведующий ДОУ 73

Утверждаю

Игнашова Е.П.

2023 г.

Завтрак

№	блюдо	Масса порций	Калорийность		
1	Омлет белковый	100г	208	201	98
	на масле сливочном	100г			
2	Мол. сладкий	100г	190	195	115
3	Булочка с маслом	100г	244	245	1570

Второй завтрак

	Салат	150	1004	-	9.82
	персиковый		15		

Обед

1	Мясо с пюре, салат	100г	1.4	9.5	83.6
2	Овощи и печенка	100г	917	903	
3	Свеж. фруктов	100г	913	903	97
4	Пюре из картофеля	100г			60
5	Хлеб пшеничный	100г	208	2007	95.411

Уплотнённый полдник

1	Печенье. шоколад	100г	264	204	95
	с маслом	100г	2003	-	9.118
2	Пюре из картофеля	100г	244	245	93.973

ИСПОЛНИТЕЛЬ
Заведующий ДОУ 73
Игнашова Е.П.