



Утверждаю

И.о.заведующего

МБДОУ детского сада  
комбинированного вида №1  
Л.В.КУСКОВА

На « 23 »

ноября 2022г.

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
Каша гречневая молочная со сев. маком	100	198
Творог со сметаной	150	31,84
Хлеб пшеничный	40	120
Масло сливочное	5	344
		384,24

**2 ЗАВТРАК**

Сдобное	100	47
---------	-----	----

**ОБЕД**

Суп рисовый	200	234,0
Зразы мясные с картошкой	80	257,0
Салат с капустой		
Пюре картофельное	50	100
Каша пшеничная	100	105,5
Квашеная капуста	70	84
Хлеб ржаной	40	70
Сок фруктовый	160	120
		970,5

**ПОЛДНИК**

Кисель	150	88
Печенье	50	200
Сдобное	100	47
		335
Итого		1739,74

Ст.медсестра

*Григорьева Е.Р.*



Утверждаю

И.о.заведующего

МБДОУ детского сада  
комбинированного вида №1  
Л.В.КУСКОВА

На « 22 »

ноября 2022г.

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
Каша гречневая молочная со сев. маком	200	141
Творог с сахаром	150	31,84
Хлеб пшеничный	35	110
Масло сливочное	5	374
		350,74

**2 ЗАВТРАК**

Сок	100	65
-----	-----	----

**ОБЕД**

Резанная капуста со сметаной	200/14	344,52
Фруктовый салат		
Пюре картофельное	90	280
Т.п. картофельное с соевым маслом	50	100
Клюква пюре со сев. маком	120	100
Квашеная капуста	50	84
Хлеб ржаной	35	60
Клюква пюре со сев. маком	150	84
		1152,52

**ПОЛДНИК**

Творог с сахаром	100	360
Печенье	40	33
Резанная капуста	170	120
		513
Итого		2079,26

Ст.медсестра

*Григорьева Е.Р.*