



Утверждаю
Н.В Карпова

Наименование блюда	Норма в гр.			
	Ясли	Ккал	Сад	Ккал
Завтрак				
Каша манная	130	145,1	150	165,7
Хлеб с маслом и повидлом	30/5/5	144,79/10	40/5/5	158,2/10
Яйцо	20	31,4	20	31,4
Какао	180	111,5	200	125,7
Второй завтрак				
Йогурт	130	71,93	150	83
Обед				
Морковь с сахаром	40	55,24	60	115,2
Суп «Шахтерский»	180	103,68	200	178,5
Каша перловая	110	91,6	130	107,9
Котлета рыбная в соусе	80/30	167,5	80/30	167,5
Хлеб	35	70,7	45	90,9
Компот из яблок	180	51,9	200	59,9
Уплотненный полдник				
Свекла с чесноком	40	42,21	60	63,32
Капуста тушеная с мясом	160	76,2	200	168
Чай с молоком	180	73,3	200	82,3
Хлеб	35	82,25	45	105,75
Пирог открытый с повидлом	60	247,28	60	247,28