

Утверждаю

И.о. заведующего МБДОУ ЦРР

детский сад № 6

Н.Ю. Фоса



День 11-ый

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
		1-3/ 3-7	1-3/ 3-7	1-3/ 3-7	1-3/ 3-7	1-3/ 3-7	
Завтрак	Каша манная молочная с маслом	150/200	6,12/8,16	7,68/10,24	25,38/33,84	195/260	43
	Чай с сахаром	150/180	9/10,8	2,295/2,754	9,75/11,7	36,96/44,352	57
	Бутерброд с сыром	29/50	3,56/5,2	3,37/4,26	10,2/20,4	84,2/138	9
Итого за завтрак		329/430	18,68/24,16	13,345/17,254	45,33/65,94	316,16/442,352	
2-ой завтрак	Сок фруктовый	100/100	0,5/0,5	-	10,1/10,1	42,67/42,67	85
Обед	Соленый огурец	25/25	0,05	0	0,1	0,825	114
	Суп картофельный с бобовыми	200/250	2,81/3,6	2,01/5,25	5,08/8,5	45,82/76,4	13
	Макаронник мясом	120/160	13,56/18,208	8,748/11,664	25,044/33,392	234/312	35
	Компот из сухофруктов	150/200	0,78/1,04	-	20,22/26,96	80,58/107,44	55
	Хлеб ржаной	30/45	1,8/2,7	0,3/0,45	13,299/19,949	56,7/85,05	6.1
Итого за обед		525/655	19/25,598	11,058/17,364	63,843/88,801	417,925/580,89	
Усиленный полдник	Творожная запеканка	120/150	21,04/26,31	14,46/8,09	20,58/25,74	296/372	36
	Чай с сахаром	150/180	9/10,8	4,08/4,88	7,58/9,07	36,96/44,352	57
Итого за усиленный полдник		210/260	11,072/14,136	2,295/2,754	9,75/11,7	252,31/325,08	
Итого за день		1164/1435	49,252/64,394	32,233/44,498	131,725/180,407	1029,065/1390,992	