

Утверждаю

Заведующий МДОУ «Детский сад № 20/1»

Головина

Утверждаю

Заведующий МДОУ «Детский сад № 20/1»

Головина

6.022020

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша пшенная молочная, вязкая с маслом сливочным	200	4,5	5	31,0	187
	Какао с молоком	180	3,8	3,3	15,5	106,0
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96
	Масло сливочное	7	0,03	5,0	0,05	46,2
	<i>Итого:</i>	427	11,1	13,71	66,55	435,2
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	итого	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Суп картоф. с фрикадельками	200	4,2	3,8	13,3	103,8
	Котлеты рыбные	70	8,9	2,9	6,2	86,3
	Картофельное пюре	150	3,1	4,8	20,4	137,25
	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	25,0	103,0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,1	25,6
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,15	7,5	39
	<i>Итого:</i>	680	19,39	14,83	81,7	541,95
Полдник	Кисломолочный напиток	180	5,0	5,7	7,2	101,0
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96
	<i>Итого:</i>	240	8,8	8,3	45	291
Ужин	Оладьи с джемом	200/30	15,3	14,19	93,1	559,1
	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89
	<i>Итого:</i>	410	17,97	16,53	107,41	648,1
<i>Итого за X день:</i>		1857	57,76	53,57	310,76	1958,65