



Утверждаю

Заведующий МБДОУ
Детский сад 20/1
Головина Л.С.

XV день:
Пятница

Неделя: третья

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша пшеничная молочная вязкая с сахаром и маслом сливочным	200	4,5	4,1	31,0	182
	Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,4	14,4	91
	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	10,11	11,91	65,45	415,2
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	<i>Итого</i>	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	200	2,1	5,4	13,8	114
	Курица тушеная в соусе	70	10,8	0,9	6,2	66,5
	Гречка отварная со слив. маслом	130	7,5	5,3	33,5	211,25
	Компот из яблок	180	0,14	0,14	21,5	87,84
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	51,2
	<i>Итого:</i>	660	19,13	13,27	77,8	501,94
Полдник	Кисломолочный продукт	180	5,0	5,7	7,2	101,0
	Булочка домашняя	70	5,1	8,8	37,7	250,1
	<i>Итого :</i>	260	10,1	14,5	44,9	350,1
Обед	Картофельное пюре	130	2,7	4,2	17,68	118,95
	Чай с сахаром	180	0	0	11,98	48
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	51,2
	<i>Итого:</i>	460	24,02	11,65	70,7	483,55
<i>Итого за XV день:</i>		1907	63,9	51,33	268,95	1793,2