

Утверждаю

Заведующий МБДОУ

Детский сад 20/1

Головина Л.С.



Х день: Пятница	Неделя: вторая	24.10.2015		

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша «Дружба» вязкая с маслом сливочным (пшено, рис)	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
	Итого:	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	Салат из свеклы с раст. маслом	50	0,6	3	4,2	47,0
	Суп картоф. с фрикадельками	200	4,2	3,8	13,3	103,8
	Котлеты из филе птицы	50/20	14,35	1,17	6,88	95
	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
	Итого:	680	19,39	14,83	81,7	541,95
Полдник	Кисломолочный напиток	180	5,0	5,7	7,2	101,0
	Ватрушка с повидлом	60	3,8	2,6	37,8	190
	Итого:	240	8,8	8,3	45	291
Ужин	Оладьи с повидлом	200/30	15,3	14,19	93,1	559,1
	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89
	Итого:	410	17,97	16,53	107,41	648,1
Итого за Х день:		1857	57,76	53,57	310,76	1958,65