

Утверждаю

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



XII день:
 Вторник

Неделя: третья

03.03.2020

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша пшеничная молочная с мас.сл	200	8,14	9,68	38,39	273
	Какао с молоком	180	3,8	3,3	15,5	106,0
	Бутерброд с сыром с мас. сл.	40/10/5	5,06	7,27	14,62	162,25
	<i>Итого:</i>	435	17,0	20,25	68,51	541,25
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	Огурец соленый	50	0,57	0,1	2,41	12,0
	Суп гороховый на кур. б-не с гречками	200	5,8	4,4	20,9	147,8
	Суфле из отварного мяса (куриное)	70	11,97	6,2	2,14	112,0
	Картофельное пюре	130	2,7	4,2	17,68	118,95
	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	25,0	103,0
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	51,2
	<i>Итого :</i>	670	23,42	15,26	78,33	544,95
Полдник	Кисломолочный напиток	180	5,0	5,7	7,2	101,0
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,28	20,12	96
	<i>Итого:</i>	220	7,68	5,98	27,32	197
Ужин	Оладьи с джемом	200/30	15,3	14,19	93,1	559,1
	Чай с сахаром	180	0	0	12,0	48,0
	<i>Итого:</i>	410	15,3	14,19	105,1	607,1
<i>Итого за XII день:</i>		1835	63,9	55,68	289,36	1932,7