

Утверждаю

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



X день: Пятница	Неделя: вторая	16.01.2026
--------------------	----------------	------------

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Вермишель молочная 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 из мяса птицы	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 повидлом	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