

Ежедневное меню В МБДОУ д/с №28

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда в гр. Ясли/сад	Белки Ясли/сад	Жиры Ясли/сад	Углеводы Ясли/сад	Энергетическая Ценность Ясли/сад	№ рецептуры
День 3 Завтрак	Каша дружба	150/200	5.67/6.03	6.07/7.89	30.65/34.68	196.52/228.8	84
	Чай с сахаром	150/200			9.98/11.97	37.4/44.88	113
	Хлеб пшеничный	30/40	2.01/3.32	0.21/0.52	15.05/19.2	72.0/90.8	3
итого			7.11/8.42	5.37/5.68	57.27/63.41	297.1/323.38	
2 завтрак	Сок	100	0,5		13	56	
Обед	Щи на курином бульоне	150/200	2.59/3.04	4.98/6.27	5.14/6.86	73.67/96.57	32
	Гуляш из курицы	50/70	10.87/12.87	13.09/15.07	4.17/4.25	180.17/206.68	152
	Греча отварная	100	3.0	4.27	14.6	175.33	49
	Компот из с/ф	150/200	0.16/0.24		16.35/24.52	65.2/97.8	40
	Хлеб ржаной	40/50	2.64/3.3	0.48/0.6	13.6/17	72.4/90.5	
Итого			21.5/24.59	24.34/26.47	58.35/72.34	607.13/694.47	
Уплотненный полдник	Гренка молочная	35/50	2.69/3.85	1.05/1.5	17.15/24.5	98.7/141	92
	Салат из свеклы	50/60	1.12/1.26	2.97	7.77/8.25	59.94/62.1	33
	Чай с сахаром	150/200			9.98/11.97	37.4/44.88	113
	Хлеб пшеничный	30/40	2.01/3.32	0.21/0.52	15.03/19.2	72/90.8	
Итого			5.82/8.43	4.23/4.99	49.93/63.92	268.04/338.78	
Итого за 3 день			34.93/41.94	33.94/37.14	178.55/212.67	1228.27/1412.63	

Заведующий МБДОУ д/с №28

Т.А. Смирнова