

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 4 Завтрак	Каша манная	150/200	5.08/5.65	5.68/7.27	24.18/27.86	165.14/196.4	34
	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	15.09/19.24	72./90.8	
итого			7.59/11.08	9.13/11.84	54.6/62.0	334.85/398.24	
2 завтрак	Сок	100	0.5		13	56	
Обед	Суп вермишелевый с курой	150/200	6.22/6.77	5.91/6.38	10.66/14.15	127.6/150.03	98
	Котлета рыбная	60/70	13.13/14.41	6.11/6.15	7.72	143.1/148.6	42
	Картофельное пюре	100	2.71	3.76	16.8	103.15	63
	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			24.86/27.43	16.26/16.89	65.13/80.19	511.45/590.08	
Уплотненный полдник	Пирог с яйцом	60/70	9.01/9.54	10.19/10.26	32.55/35.9	257.23/273.78	553
	Кофейный напиток	150/200	4.65/6.2	4.65/6.2	19.0/25.34	135.9/181.18	45
итого			13.66/15.74	14.84/16.46	51.55/61.24	393.13/454.96	
Итого за день 4			46.61/54.75	40.23/45.19	184.28/216.43	1295.43/1499.28	

Заведующий МБДОУ д/с №28

Т.А. Смирнова