

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 10	Каша «Дружба»(гречка+рис)	150/200	5.67/6.03	6.07/7.89	30.65/34.68	196.52/228.8	84
Завтрак	Чай с сахаром	150/200			9.98/11.97	37.4/44.88	113
	Хлеб	30/40	2.01/3.32	0.21/0.52	15.03/19.2	72/90.8	
Итого			7.68/9.35	6.28/8.41	55.66/65.85	305.92/364.48	
2 завтрак	Чай	100					
	Кондитерское изделие	25/30	1.56/2.03	1.6/2.08	15.2/19.76	82.8/107.64	
Обед	Рассольник на курином бульоне	150/200	3.01/3.81	2.97/3.26	11.84/16.74	86.89/111.89	35
	Тефтели из курицы	50/60	14.33/15.61	15.77/17.03	9.09/9.14	242.73/259.6	20
	Пюре картофельное	100	2.87/2.94	3.88/4.71	19.38/19.71	116.27/123.75	19
	Компот из с/ф	150/ 200	0.23/0.31	0..01/001	.18.28/24.37	72.57/ 96.76	40
	Хлеб ржаной	40/50	2.64/3.3	0.48/0.6	13.6/17	72.4/90.5	
Итого			23.08/25.97	23.11/25.61	72.19/86.96	590.86/682.5	
Уплотненный полдник	Салат из свеклы	50/60	1.12/1.26		1.44/1.62	42.26/56.36	33
	Булочка домашняя	60/70	3.45/4.97	3.5/4.01	26.43/34.64	150.15/193.11	9
	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			6.58/9.55	3.71/4.53	52.88/67.43	298.81/385.15	
Итого за день 10			38.9/46.9	34.7/40.63	195.93/240.0	1278,39/1539.77	

Заведующий МБДОУ д/с №28

Смирнова Т.А.