

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Д/с №26 «Елочка»

Мингулова
А.Г. Мингулова



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность(ккал)		Витамин	
				Белки		Жиры		Углеводы		Ккал		С	
				Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
6 день													
Завтрак	Каша манная молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	4,24	5,45	4,60	5,30	22,61	29,08	149,26	186,30	0,82	1,05
	Чай с молоком, сахаром	180/6	180/6	3,03	3,03	2,40	2,40	10,48	10,48	75,76	75,76	1,38	1,38
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/5	1,92	2,29	4,36	4,50	12,92	15,49	98,50	111,68	-	-
2 завтрак	Сок	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00
Обед	Салат из кукурузы к/с	30	50	0,86	1,44	1,85	3,09	2,41	4,0205	29,79	49,65	2,79	4,65
	Суп вермишелевый с картофелем с куриными фрикадельками	150/10	180/10	3,61	4,93	2,87	3,80	10,55	12,68	90,56	114,56	5,19	6,18
	Голубцы ленивые со сметано-томатным соусом	110/20	120/30	8,88	10,16	9,20	10,45	18,73	21,01	179,14	201,98	0,50	0,65
	Напиток из сухофруктов	150	180	0,50	0,60	0,07	0,08	14,00	16,81	60	71,52	0,54	0,65
	Хлеб ржаной	35	45	2,31	2,97	0,42	0,54	13,85	17,84	69,23	89,19	-	-
Полдник	Кисломолочный напиток (Катык)	150	180	4,35	5,22	3,75	4,50	6,30	7,56	76,00	92,00	0,45	0,45
	Кондитерское изделие (печенье/крекер)	40	40	3,00	3,00	3,92	3,92	29,76	29,76	166,80	166,80	-	-
Ужин	Омлет натуральный	130	150	12,08	13,94	21,52	24,83	2,29	2,64	251,03	289,66	0,25	0,28
	Хлеб пшеничный	20	25	1,52	1,90	0,16	0,20	9,84	12,31	47,00	58,81	0,00	0,00
	Чай с сахаром, с яблоком	150/5/10	180/6/10	0,09	0,11	0,06	0,06	5,99	6,99	24,70	28,70	1,02	1,03
Итого за 6 день				44,39	56,04	51,25	63,67	150,17	206,87	1235,77	1621,41	16,94	20,32