

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
8 день													
Завтрак	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	5,79	7,44	6,28	8,07	26,29	33,80	185,66	238,71	0,67	0,86
	Какао с молоком	180/6	180/6	3,67	3,67	3,19	3,19	10,87	10,87	90,87	90,87	1,43	1,43
	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	Винегрет овощной	40	60	0,55	0,82	2,46	3,70	3,37	5,06	37,92	56,88	4,10	6,15
	Щи со свежей капустой с картофелем, с мясными фрикадельками со сметаной	150/10/5	180/10/7	3,18	3,24	4,89	5,19	5,00	5,07	81,56	84,80	9,54	9,54
	Тефтели мясные в томатном соусе	45/15	60/20	5,39	7,18	5,32	7,09	6,26	8,34	94,39	125,85	0,40	0,53
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	110/2	130/3	6,45	7,62	3,13	4,16	29,16	34,47	170,14	205,27	0,00	0,00
	Компот из урюка	150	180	0,35	0,40	0,02	0,02	13,83	16,60	56,83	68,20	0,00	2,44
	Хлеб ржаной	35	45	2,31	2,97	0,42	0,54	13,85	17,84	69,23	89,19	-	-
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,77	47,00	70,57	0,00	0,00
	Полдник	Кисломолочный напиток (Ряженка)	150	180	4,35	5,22	3,75	4,50	6,30	7,56	76,00	92,00	0,45
	Кондитерское изделие (сушки)	20	20	2,14	2,14	0,24	0,24	14,24	14,24	67,80	67,80	-	-
Ужин	Пудинг творожный с повидлом	110/20	130/20	16,73	16,71	11,84	15,51	39,76	39,07	330,50	360,20	0,21	0,34
	Чай с сахаром	150/5	180/6	0,05	0,06	0,02	0,02	5,02	6,02	20,08	24,10	0,02	0,03
Итого за 8 день				55,40	63,05	46,07	56,97	216,90	249,40	1511,19	1770,83	20,82	25,86