

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

*Мингулова*  
А.Г. Мингулова

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность(ккал)		Витамин С	
				Белки		Жиры		Углеводы		Ккал		С	
				Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
9 день													
Завтрак	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	3,83	5,17	2,34	5,33	19,46	24,92	117,34	184,24	0,00	0,00
	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 сыром, с маслом сливочным	25/5/5	30/5/5	2,53	3,61	5,69	5,83	12,92	15,49	115,67	128,77	0,07	0,04
2 завтрак	Фрукт	100	100	0,90	0,90	0,20	0,20	8,10	8,10	43,00	43,00	60,00	60,00
Обед	Капуста тушеная	40	60	0,81	1,22	1,47	2,21	3,16	4,74	30,80	46,20	6,83	10,25
	Суп -лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы	150/10	180/10	3,88	4,19	5,18	5,85	7,01	8,40	95,65	109,54	0,54	0,60
	Рыба тушеная с овощами	40/20	50/25	3,20	9,75	10,59	4,95	21,70	3,80	196,18	105,00	-	3,75
	Пюре картофельное	120	140	2,45	2,86	3,84	4,48	16,35	19,08	109,80	128,10	14,53	16,96
	Компот 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	-	-
	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 (Катык)	150	180	4,35	5,22	3,75	4,50	6,30	7,56	76,00	92,00	0,45	0,54
Ужин	Вац балиш с рисом и мясом	90	90	7,02	7,02	10,35	10,35	28,62	28,62	234,63	234,63	-	-
	Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	180/6/7	0,10	0,13	0,02	0,03	5,18	6,23	21,78	26,48	2,24	2,83
<b>Итого за 9 день</b>				<b>36,43</b>	<b>48,95</b>	<b>46,48</b>	<b>46,99</b>	<b>176,96</b>	<b>186,84</b>	<b>1292,84</b>	<b>1405,00</b>	<b>86,58</b>	<b>97,00</b>