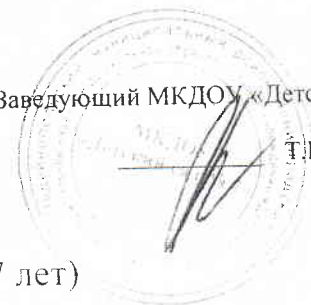


Утверждаю

Заведующий МКДОУ «Детский сад №7»

Т.Н.Грушина



29 октября

2024г. (3 – 7 лет)

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2								
День 2								
Завтрак	Каша геркулесовая на молоке	180	4,39	4,20	33,19	188	168	
	Чай с сахаром	180	0,12	0,02	10,20	41,0	393	
	Батон сыр (порциями)	30 15	4,73 3,5	6,88 4,4	14,56 0	139 54,6	3	
Итого за завтрак		405	11,97	13,49	62,11	418		
2 ой завтрак (полдник)	Кефир с сахаром	100	5,22	4,5	7,2	190	401	
Итого за полдник		100	5,22	4,5	7,2	190		
Обед	Суп с курой с рисом	200	3,64	11,18	26,5	215,0	83	
	Котлета рубленая из мяса птицы	70	12,64	7,89	18,46	170,0	305	
	Капуста свежая тушёная	130	3,10	10,9	29,14	202,0	336	
	Компот из сухо – фруктов (изюм)	180	0,22	0,13	25,05	102,0	373	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,0		
	Итого за обед		610	21,58	30,46	109,17	812,0	
	Уплотнённый полдник	Запеканка из творога со сгущ. молоком	140	11,66	10,29	23,78	234,0	238
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	392	
	Яблоко	80	0,40	0,40	9,80	44	368	
Итого за полдник		400	12,82	10,76	65,57	379,0		
Итого за день		1515	51,0	59,00	244,00	1799,0		