



Заведующий МБДОУ
Троицкий детский сад Л.И.Вдовина

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал.)		витамины С (мг.)		№ рецептуры
		ясли	сад	белки		жиры		углеводы		ясли	сад	ясли	сад	
День 6 завтрак	Каша гречневая	150	200	4,66	6,21	5,6	7,47	18,82	25,09	144	192	1,46	1,95	
	Хлеб пшеничный с рассыпчатая	20/8	30/10	0,912	1,368	1,43	2,145	10,502	15,753	58,546	87,819	0,174	0,261	
	сыром	150	180	0,04	0,04	0	0	9,10	12,13	35	47	1,6	2	
2 завтрак	Кофейный напиток	150	180	0	0	3,72	3,72	40,18	40,18	43,9	43,9	13	13	
	Витаминизированный напиток «Витоша»	150	180	0	0	3,72	3,72	40,18	40,18	43,9	43,9	13	13	
обед	салат витаминный	30	40	0,5445	0,726	3,1905	4,254	4,3605	5,814	47,664	63,552	1,467	1,956	
	Суп картофельный с бобовыми	150	200	2,95	3,68	4,8	7,07	6,87	8,58	94,49	118	15,54	19,41	
	гуляш из отварного мяса	60/48,3 7	80/64	7,03	9,84	5,73	8,02	5,11	7,16	99,38	139,13	0,58	0,81	
полдник	Рагу из овощей	100	120	1,53	1,83	2,62	3,14	9,03	10,84	71	85,2	8,98	10,77	
	компот из с/ф	150	200	0,43	0,48	0	0	21,42	23,8	81	90	0,395	0,45	
	Хлеб пшеничный чай с сахаром	30	50	1,842	3,07	0,642	1,07	12,558	20,93	64,329	107,215	0	0	
Итого 6 день	Яйца варенные, хлеб	150	180	0	0	0	0	8,98	11,98	30	43	0	0	
		60	70	6,2025	12,405	5,4975	10,995	32,302 5	64,605	203,49 75	406,995	0,0975	0,195	