



Заведующий МБДОУ
троицкий детский сад А.И.Вдовина

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