

Заведующий МБДОУ
Троицкий детский сад *Вдовина* П.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 4				ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
завтрак	Каша из смеси круп с изюмом	150	200	5,235	6,98	7,815	10,42	18,75	25	166,78	222,38	0,675	0,9	
	Бутерброд с маслом и сыром	20/4/9	30/5/14	3,61	5,06	5,4	7	9,75	14,62	106	145	0,14	0,19	
	чай с сахаром	150	200	0,67	0,8	0,83	1	11,25	13,5	46,67	56	0,54	0,65	
2	Витаминизированный напиток «Витоша»	150	150	0,45	0,45	0,3	0,3	24,45	24,45	97,41	97,14	3	3	
обед	салат из свеклы	30	40	0,266	0,399	1,8	2,7	1,4	2,1	22,666	33,999	0,746	1,119	
	рассольник	150	200	2,82	3,52	4,79	5,98	7,83	9,78	93,69	117	7,8	9,74	
	Картофельное пюре	120	180	8,1	12,15	8,15	12,225	17,1	25,65	175,5	263,25	0,38	0,57	
	гуляш	60	80	4,5	6	5,7	7,6	1,85	2,47	123,6	164,8	0,6	0,8	
	Компот из сушеных фруктов	180	200	0	0	0	0	13,5	18	46,5	60	0	0	
	хлеб пшеничный	50	60	3	3,6	0,5	0,6	22,165	26,598	94,5	119,4	0	0	
полдник	Каша манная молочная жидкая	150	180	4,39	5,85	4,36	5,81	14,99	19,99	116,25	155	0,75	1	
	Чай с сахаром, хлеб пшеничный	50	70	3,61	5,05	6,88	9,63	23,94	33,52	129,58	177,7	0,19	0,27	
Итого 4 день				37,913	51,079	42,867	57,325	168,99	221,14	1166,0	1535,084	14,551	17,639	
								8		3				