

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МБДОУ
«детский сад «Ляле»
пгт. Молодежное»
Ким Р.В.



7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/5	2,62	4,34	17,08	117,80
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5/2	0,05	0,00	4,96	20,24
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	1,58	2,00	0,00	24,72
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	7,96	10,72	1,35	133,80
Итого за прием пищи:	337	12,21	17,06	23,39	296,56
II Завтрак					
ПЕЧЕНЬЕ	16	0,75	0,98	7,44	41,70
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	180	5,10	3,75	8,25	91,50
Итого за прием пищи:	196	5,85	4,73	15,69	133,20
Обед					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	1,40	3,81	8,20	75,68
РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	200	11,37	14,24	7,45	204,26
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО И СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	50	0,60	1,04	1,91	20,04
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,20	0,17	9,13	40,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,12	0,28	13,56	65,27
ХЛЕБ ПШЕНИЧН	30	1,75	0,14	11,54	54,47
Итого за прием пищи:	725	17,56	19,00	53,36	458,32
Полдник					
ПИЦЦА ДЕТСКАЯ	50				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5/2	0,05	0,00	4,96	20,24
Итого за прием пищи:	257	9,08	10,72	32,69	264,51
Всего за день:		44,7	51,51	125,3	1152,59

Шеф повар
Медсестра

Арсланова Л.С.
Труфакина Г.М.