

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МБДОУ
«детский сад «Ляле»
пгт. Молодежное»
Ким Р.В.
20.06.2016 г



9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ ПРОТЕРТЫЙ	200	4,03	4,69	17,98	131,02
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/5	1,97	3,29	12,83	88,84
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
Итого за прием пищи:	457	8,10	10,52	31,68	266,78
II Завтрак					
ВАФЛИ	20	0,28	0,33	7,73	35,40
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	180	5,10	3,75	8,25	91,50
Итого за прием пищи:	200	5,38	4,08	15,98	126,90
Обед					
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	2,02	2,83	9,52	74,77
ГУЛЯШЬ МЯСНОЙ	100	11,64	6,65	4,29	123,92
КАША ПШЕНИЧНАЯ	130	2,73	2,79	16,61	8,15
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,12	0,28	13,56	102,52
ХЛЕБ ПШЕНИЧЫ	30	1,75	0,14	11,54	54,47
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ, КУКУРУЗЫ, ЗЕЛЕНОГО ЛУКА	60	0,7,	3,28	2,84	43,86
КИСЕЛЬ	180	0,20	0,04	13,31	54,25
Итого за прием пищи:	745	21,16	16,01	60,13	461,91
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	85/10	17,54	12,05	17,15	247
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,30	1,94	8,83	62,50
Итого за прием пищи:	295	19,84	13,99	25,98	309,50
Всего за день:					1165,09

Шеф повар
Медсестра

Арсланова Л.С.
Труфакина Г.М.