

УТВЕРЖДЕНО
 Заведующий МБДОУ
 Детский сад «Ляле»
 п.г.т. Молодежное»
 Жим Р.В.
 2021 г.



3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,78	5,81	15,74	135,27
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
Итого за прием пищи:	447	8,67	10,70	36,30	277,69
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					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ	200	5,49	5,27	16,32	134,00
КУРИЦА В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	8,21	12,86	2,44	158,17
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	60	0,72	0,04	1,20	9,20
МАКАРОННЫ ОТВАРНЫЕ	130	2,73	2,79	16,61	102,52
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:	745	21,22	21,55	70,8	564,23
Полдник					
БУЛОЧКА	80	4,31	4,86	25,95	164,72
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,75	0,15	14,85	64,50
Итого за прием пищи:	260	5,06	5,01	40,80	229,22
Всего за день:	1648	40,8	41,99	163,59	1204,34

Медсестра

Шеф повар

Труфакина Г.М.

Арсланова Л.С.