

УТВЕРЖДЕНО  
 Заведующий МБДОУ  
 «детский сад «Ляле»  
 п/т. Молодежное»  
 Ким Р.В.  
 2016



**5 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	100/10	5,31	6,59	17,97	153,31
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/5	1,97	3,29	12,83	88,84
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,20	1,84	8,20	58,82
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>9,48</b>	<b>11,72</b>	<b>39,00</b>	<b>300,97</b>
<b>II Завтрак</b>					
ВАФЛИ	20	0,28	0,33	7,73	35,40
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,75	0,15	14,85	64,50
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>1,93</b>	<b>1,09</b>	<b>29,85</b>	<b>137,70</b>
<b>Обед</b>					
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	200	1,93	5,16	7,90	91,16
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	100	10,70	10,42	5,55	158,88
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,64	3,35	16,47	110,50
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,32	0,04	0,68	5,20
КИСЕЛЬ	180	0,20	0,04	13,31	54,25
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,12	0,28	13,56	65,27
ХЛЕБ ПШЕНИЧН	30	1,75	0,14	11,54	54,47
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>735</b>	<b>20,66</b>	<b>19,43</b>	<b>69,01</b>	<b>539,73</b>
<b>Полдник</b>					
КЕКС ТВОРОЖНЫЙ	60	9,41	14,85	50,05	372
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,30	1,94	8,83	62,50
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>260</b>	<b>7,10</b>	<b>11,13</b>	<b>36,60</b>	<b>275,91</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1545</b>	<b>36,59</b>	<b>41,57</b>	<b>163,66</b>	<b>1 184,23</b>

Медсестра  
 Шеф повар

Труфакина Г.М.  
 Арсланова Л.С.