

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий МБДОУ

«Детский сад «Ляля»

г.т. Молодежное»

Ким Р.В.



4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80/10	1,73	3,55	10,16	79,30
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/5	1,97	3,29	12,83	88,84
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	1,58	2,00	0,00	24,72
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,20	1,84	8,20	58,82
Итого за прием пищи:	340	7,48	10,68	31,19	251,68
<b>II Завтрак</b>					
РЯЖЕНКА	180	4,35	3,75	6,30	81,00
Итого за прием пищи:	180	4,35	3,75	6,30	81,00
<b>Обед</b>					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	2,87	2,27	10,38	74,44
РЫБА В КЛЯРЕ	70	11,85	5,85	7,15	128,76
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,04	3,49	21,35	124,96
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	60	0,60	1,04	1,91	20,04
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	5,81	23,22
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,12	0,28	13,56	65,27
Итого за прием пищи:	750	19,28	11,94	59,10	423,15
<b>Полдник</b>					
ОМЛЕТ	80	7,96	10,72	1,35	133,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	1,75	0,14	11,54	54,47
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5/2	0,05	0,00	4,96	20,24
Итого за прием пищи:	316	9,91	11,03	22,02	228,87
Всего за день:	1593	38,47	34,50	130,37	994,60

Медсестра  
Шеф повар

Труфакина Г.М.  
Арсланова Л.С.