



Утверђујем :
 Заведующей МБДОУ ПМО СО
 "Первомайский детский сад"
 Халджиева Т. Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетич еская ценность (ккал)	Витамин С	N рецепту ры
			Б	Ж	У			
День 4								
Завтрак:	Суп уха из консервы	250	5,3	6,5	25,3	150,3	12,05	№58 №41
	Хлеб с сыром	30	6,31	9,17	14,56	185,34	0,1	№6 №3
		15						
Кофе на молоке	200	4,58	5,04	22,48	145,34	7,36	№17 №130	
Итого:		495	16,19	20,71	62,34	480,98	19,51	
второй завтрак:	Фрукт свежий	100	0,56	0,4	9,6	54,64	10	№59 №144
Итого:		100	0,56	0,4	9,6	54,64	10	
Обед:	Салат из отварной моркови зелёным горошком	60	0,72	4,25	8,7	64,55	1,95	№67 №17
	Суп картофельный с клёцками с куры	250	5,16	7,05	18,95	196,8	5,31	№ 26 №37
		26						
	Котлета рубленая из птицы	80	12,64	13,14	13,46	223	0,67	№93 №305
	Капуста тушёная	150	3,02	5,66	10,14	109,5	18,3	№63 №200
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,04	0	26,96	107,44	0,8	№4 № 126
	Хлеб пшеничный обогащ."Валитек-8"	20	3,07	0,85	16,74	97,5	0	№3 № 147
Хлеб ржаной	50	3	0,5	22,165	94,5	0	№94 №147	
Итого:		836	28,65	31,45	117,115	893,29	27,03	
Уплотнённый полдник:	Каша молочная пшённая с маслом	200	10,05	11,34	41,26	307	1,22	№53 №177
		5						
	Кефир	180	5,22	4,5	7,2	95,4	1,26	№57 №401
	Хлеб пшеничный обогащ."Валитек-8"	30	4,1	1,07	20,93	107,22	0	№3 №147
Итого:		415	19,37	16,91	69,39	509,62	2,48	
Итого за четвёртый день:		1846	64,77	69,47	258,445	1938,53	59,02	