



УТВЕРЖДАЮ:

заведующая МБДОУ ПМО СО

«Первомайский детский сад

Халджиева Т.Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№т.к./ N рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>								
День 6								
Завтрак:	Каша молочная рисовая с маслом	150	7,51	8,34	30,44	227	0,91	№53 №177
		5						
	Хлеб с сыром	20	4,72	6,88	14,56	139	0,072	№6 №3
		10						
Кофе на молоке	180	4,12	4,53	20,35	130,8	6,62	№17 №130	
Итого:		365	16,35	19,75	65,35	496,8	7,602	
второй завтрак:	Сок фруктовый	100	0,75	0	15,15	64,005	3	№2 №399
Итого:		100	0,75	0	15,15	64,005	3	
Обед:	Икра свекольная	45	2,82	5,52	14,79	120,12	8,064	№32 №54
	Суп рассольник с мясом со сметаной	200	3,28	4,8	16,76	116,11	6,57	№63 №33
		22						
		5						
	Гуляш из отвар мяса в молочно-сметан соусе	70	13,16	9,42	2,71	147,57	0,36	№17 №8
		35						
	Макароны с овощами	120	5,53	6,68	26,95	198,37	2,64	№32 №433
		30						
Компот из смеси сухофруктов	180	0,93	0	24,26	96,69	0,72	№4 №126	
Хлеб пшеничный обогащ "Валитек-8"	20	3,07	0,85	16,74	97,5	0	№3 №147	
Хлеб ржаной	40	2,4	0,4	17,732	75,6	0	№94 №147	
Итого:		767	31,19	27,67	119,942	851,96	18,354	
Уплотненный полдник:	Запеканка капустная	80	3,08	6,61	11,31	84,684	80	№48 №216
	Соус молочный	30	1,175	0,94	1,53	26,9	0,09	№57 №341
	Яйцо отварное	40	5,2	4,8	4	62,8	0	№86 №150
	Чай с молоком и сахаром	180	3,18	2,79	13,57	92,39	1,42	№48 №394
	Хлеб пшеничный обогащ "Валитек-8"	20	3,07	0,85	16,74	97,5	0	№3 №147
Итого:		350	15,705	15,99	47,15	364,274	81,51	
Итого за шестой день:		1582	63,995	63,41	247,592	1777,04	110,466	