



Утверждаю:
 Заведующей 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./№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
День 9									
Завтрак:	Пудинг творожный с изюмом и сметаной	150	20,42	14,22	22,11	306,8	0,62	№11 №83	
		10							
	Хлеб с сыром	30	6,31	9,17	14,56	185,34	0,1	№6 №3	
		15							
	Чай с молоком и сахаром	200	3,54	3,1	15,8	102,66	1,58	№ 48 №394	
Итого:		405	30,27	26,49	52,47	594,8	2,3		
второй завтрак:	Фрукт свежий	100	1,56	1,62	9,6	54,64	10	№59 №144	
Итого:		100	1,56	1,62	9,6	54,64	10		
Обед:	Салат сельдь с луком раст. маслом	60	7,428	4,218	1,2	99,546	1,32	№136 №111	
	Суп харчо с мясом птицы	250	4,97	6,19	21,3	152,84	9	№67 №101	
		26							
		Голубцы ленивые из курицы	200	17,68	11,36	25,06	273,34	0,094	№39 №298
		Компот из 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:		806	37,188	23,118	113,425	825,166	11,214		
Уплотненный полдник:	Сдоба "Гребешок"	70	5,3	4,75	29,5	183,3	0,26	№77 №417	
	Яйцо отварное	40	5,2	4,8	4	62,8	0	№86 №150	
	Кисель	200	0	0	19,6	80	30	№5 №122	
	Хлеб пшеничный обогащ."Валитек-8"	30	4,1	1,07	20,93	107,22	0	№3 №147	
Итого:		340	14,6	10,62	74,03	433,32	30,26		
Итого за девятый день:		1651	83,618	61,848	249,525	1907,926	53,774		