



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ ПМО СО
"Первомайский детский сад"

Халджиева Т. Г.

Прием пищи <i>рейс в</i>	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витами н С	N рецепту ры
			Б	Ж	У			
День 4								
Завтрак:	Вермишель в молоке	220	6,6	9	20,64	187,04	0,9	№ 41 № 93
	Хлеб с сыром	30	6,31	9,17	14,56	185,34	0,1	№6 №277
		16						
	Чай с молоком и сахаром	200	3,54	3,1	15,8	102,66	1,58	№ 48 №394
Итог:		466	16,45	21,27	51	475,04	2,58	
второй завтрак:	Фрукт	100	0,56	0,4	9,6	54,64	10	№59 №144
Итог:		100	0,56	0,4	9,6	54,64	10	
Обед:	Салат из свежей капусты	60	1,05	7,57	4,275	89,25	36,26	№91 №45
	Суп картофельный с куриными фрикадельками	250	15,3	13,8	35,6	465	25,62	№99 №262
		26						
	Котлета рубленая из птицы	80	12,64	13,14	13,46	223	0,67	№93 №305
	Картофельно- морковное пюре с маслом	180	3,6	5,7	23,2	157,7	4,065	№7 №275
		5						
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,04	0	26,96	107,44	0,8	№4 № 126
	Хлеб пшеничный обогащ."Валетек-8"	20	3,07	0,85	16,74	97,5	0	№3 № 147
Итог:	Хлеб ржаной	50	3	0,5	22,165	94,5	0	№94 №147
		871	39,7	41,56	142,4	1234,39	67,415	
Уплотнён ный полдник:	Омлет натуральный с маслом	110	9,01	12,51	2,24	156,25	0,49	№1 №212
		5						
	Хлебные гренки	20	3,04	0,32	19,44	95,2	0	№10 №49
	Витаминный напиток	200	0	0	172,8	262,8	180	№60 №110
Итог:	Хлеб пшеничный обогащ."Валетек-8"	30	4,1	1,07	20,93	107,22	0	№3 №147
		365	16,15	13,9	215,41	621,47	180,49	
Итого за четвёрты й день:		1802	72,86	77,13	418,41	2385,54	260,485	