

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ ПМО СО
"Первомайский детский сад"

И.О. Илькова И. В.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	Лет.к./N рецептуры
			Б	Ж	У			
День 8								
Завтрак:	Каша молочная пшённая с маслом	200	10,06	11,34	41,26	307	1,22	№53 №177
		5						
	Хлеб с сыром	30	6,31	9,17	14,56	185,34	0,1	№6 №277
		16						
	Какао на молоке	200	6,2	6,4	22,36	170	1,08	№1 №121
Итого:		451	22,57	26,91	78,18	662,34	2,4	
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:	Салат из свежих огурцов	60	0,59	2,69	2,24	44,52	10,06	№4 №55
	Суп из овощей на мясном бульоне	250	5,725	3,1	10,45	86,475	18,065	№78 №26№3 8 №511
		26						
		8						
	Фрикадельки из курицы	100	11,76	10,504	7,8	173,336	0,384	№58 №39
	Картофель отварной с маслом	180	4,715	5,495	25,445	169,993	26	№90 №277
		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
	Хлеб ржаной	50	3	0,5	22,165	94,5	0	№94 №147
Итого:		899	29,9	23,139	111,8	773,764	55,309	
Уплотненный полдник:	Пирожок с повидлом	90	4,51	5,04	28,47	189	21,6	№61 №295;3 04
	Молоко кипячёное	200	6,1	5,44	10,1	113,34	2,74	№33 №400
	Яйцо отварное	40	5,2	4,8	4	62,8	0	№86 №150
	Хлеб пшеничный обогащ. "Валетек-8"	30	4,1	1,07	20,93	107,22	0	№3 №147
Итого:		360	19,91	16,35	63,5	472,36	24,34	
Итого за восьмой день:		1810	73,13	66,399	268,63	1972,469	85,049	