

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МКДОУ «Пальминский детский сад»

Н.В.Лавринова

«14» ноября 2022 год



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>								
<b>ДЕНЬ 1</b>								
<b>Завтрак:</b>	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	5,3	5,1	27,5	178,0	0,42	5/4
	Хлеб с маслом, сыром	40/5/10	5,3	6,9	15,1	141,0	0,07	4/13
	Чай с лимоном	200/5	0,1	0,0	9,2	36	0,80	11/10
<b>Комплексный обед:</b>	Салат из отварной свеклы с яблоками и растительным маслом	60	0,7	5,0	7,0	74,0	1,86	24/1
	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200	8,3	7,3	11,8	146,4	28,6	1/2, 18/2
	Гуляш из отварного мяса говядины	50/50	14,7	15,7	3,5	214	0,00	12/8
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	130	7,4	5,8	32,7	216,0	6,24	44/3
	Компот из сухофруктов	200	0,5	--	18,3	72,0	50,16	6/10
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76		Пр.1
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32		Пр.1
<b>Полдник:</b>	Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом (джемом)	60	2,1	1,7	21,2	107,0	0,08	17-2/12
	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118,4	2,6	Пр.1
<b>Итого за день</b>		1470	52,42	54,58	178,72	1417,88	90,83	