



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
Искоркина С.А.



Прием пищи	Наименование блюд	До 3-х лет					От 3-х до 7 лет				
		выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	
Завтрак	Каша овсяная молочная(Геркулес)	150	4.76	6.38	16.4	140.25	200	6.35	8.51	21.86	
	Бутерброд с маслом	40\4	3.37	4.95	9.74	99	50\5	5.06	7.02	14.61	144
	Чай с сахаром	150			8.98	30	200			11.98	45
	Итого		8.13	11.33	35.12	269.25		11.41	15.53	48.45	376
Обед	Рисосольник «Ленинградский»	150	2.236	2.628	10.244	73.6	250	2.795	3.285	12.805	92
	Рыба тушеная с макаронами	70\120	10.67\4.69	10.3\6.48	1.7\25.03	142.21\83.81	80\140	11.85\5.9	11.44\8.11	1.9\31.29	158\229.76
	Компот из сухофруктов	150	0.42		20.45	83	200	0.51		24.23	99
	Хлеб пшеничный	50	2.03	0.71	13.81	70.76	70	2.64	0.92	18.0	92.21
Итого			15.356\9.376	13.638\9.818	46.204\69.534	369.57\311.17		17.795\11.845	15.645\12.315	56.935\86.325	441.91\513.67
Полдник	Каша рисовая молочная	150	5.23	7.8	18.757	166.78	200	6.98	10.4	25	222.38
	Чай с сахаром	150			8.98	30	200			11.98	45
Используется йодированная соль											
Итого			5.23	7.8	27.737	196.78		6.98	10.4	36.98	267.38
Всего			28.716\22.736	32.738\28.918	109.06\132.387	808.6\750.2		36.185\30.235	41.575\38.245	109.445\138.835	1085.29\1157.05