

Заведующий МБДОУ детский сад №2 сад
Искоркина С.А. села Неверкино

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	ккал
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150	5.07	7.8	19.4	168.7	200	6.76	10.4	25.87	224.9
	Бутерброд с маслом сливочным	40\4	1.58	5.24	9.81	93.87	50\5	2.34	7.76	14.53	139.1
	Чай с сахаром	150	0.2		10.0	42.0	200	0.2		12.6	50.4
Итого			6.85	13.04	39.21	304.57		9.3	18.16	53	414.4
Обед	Щи из свежей капусты со сметаной на курином бульоне	150	2.11	4.4	6.5	73.18	250	2.42	6.04	8.53	96.29
	Каша гороховая	150	2.86	16.0	6.07	123.14	180	3.43	19.2	21.85	147.77
	Компот из сухофруктов	150	0.23	0.01	18.28	72.57	200	0.31	0.01	24.37	96.76
	Хлеб ржаной	50	2.4	0.4	17.73	75.6	70	3.0	0.5	22.17	94.5
итого			7.6	20.81	48.58	344.49		9.16	25.75	76.92	435.32
Полдник	Чай с сахаром	150	0.2		10.0	42.0	200	0.2		12.6	50.4
	Выпечка плюшка с сахаром	60	2.11	0.29	2.40	16.66	70	2.11	0.29	2.40	16.66
Используется йодированная соль											
Итого			2.31	2.29	12.4	58.66		2.31	0.29	15	67.06
Всего			16.76	34.14	100.19	707.72		20.77	44.2	144.92	916.78