

Утверждаю:

Согласовано:

ИП Чернов К.А.

Заведующий МБДОУ № 9



ИП Чернов



печать, подпись, расшифровка

Сад 3-7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
4,54	5,94	25,27	171,25	Каша жидкая молочная из гречневой крупы (с маслом и сахаром)	180
2,50	6,45	14,66	120,68	Бутерброд с маслом (сливочным или шоколадным)	40
0,06	0,02	13,96	55,82	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	200
7,10	12,41	53,89	347,75	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	420
Завтрак 2					
0,40	0,40	9,80	47,00	Плоды или ягоды свежие	100
0,40	0,40	9,80	47,00	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	100
Обед					
0,38	3,05	1,19	33,62	Салат из свежих огурцов	50
3,80	6,28	9,47	110,12	Рассольник ленинградский	180
4,73	5,02	26,39	169,62	Макаронные изделия отварные с маслом	130
7,50	9,96	17,42	187,91	Зразы рыбные рубленые (из филе выпускаемого промышленностью) (с соусом)	90
0,14	0,14	17,89	71,50	Компот из свежих плодов (яблоки, айва или груша)	180
1,98	0,25	0,52	58,45	Хлеб пшеничный	25
1,40	0,28	0,60	57,47	Хлеб ржано-пшеничный	25
19,93	24,98	73,48	688,69	ИТОГО ЗА ОБЕД	680
Полдник					
4,55	2,44	33,25	175,54	Пирожки печеные из дрожжевого теста (простые пирожки массой 75 г)	75
2,72	2,52	19,2	108,2	Какао с молоком	200
7,27	4,96	52,45	283,74	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	275
34,70	42,75	189,62	1367,18	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1475,00