

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

"Детский сад № 79 "Соловушка"

И.А. Гращенко

Ясли

Меню на 8-й день

Прием пищи	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)	Пищевые вещества (г)			N рецептуры	Выход блюда
			Б	Ж	У		
Завтрак:	Каша вязкая "Дружба"	198,5	5,19	8,88	24,23	т.к.190	200
	Кофейный напиток с молоком	98,62	4,52	4,66	9,37	т.к.395	180
	Бутерброд с повидлом	87,25	2,08	0,26	19,12	т.к.2	25/10
	<b>Итого завтрак</b>	<b>384,37</b>	<b>11,79</b>	<b>13,8</b>	<b>52,72</b>		<b>415</b>
Второй завтрак:	Яблоки	49,63	0,42	0,42	10,35	2008-800с	120
	<b>Итого 2-ой завтрак</b>	<b>49,63</b>	<b>0,42</b>	<b>0,42</b>	<b>10,35</b>		<b>140</b>
Обед:	Борщ с картофелем	46,83	1,03	1,11	8,17	т.к.58	200
	Оладьи из печени	176,82	18,45	7,31	2,83	т.к.290	100
	Макароны отварные	211,23	6,41	2,36	41,05	т.к.331	150
	Огурчик солёный	2,6	0,16	0,02	0,34	2008-800с	20
	Компот из сухофруктов	27,09	0	0	6,78	т.к.382	180
	Хлеб ржаной	81,58	2,65	0,35	16,96	2008-800с	40
	<b>Итого обед</b>	<b>546,15</b>	<b>28,7</b>	<b>11,2</b>	<b>76,13</b>		<b>690</b>
Полдник:	Кисель из сока натурального	94,82	0,24	0,05	23,42	т.к.376	180
	Оладьи	440,67	10,92	13,4	69,25	т.к.449	130
	<b>Итого полдник</b>	<b>535,49</b>	<b>11,16</b>	<b>13,4</b>	<b>92,67</b>		<b>310</b>
Ужин:	Салат из моркови с яблоками	43,13	0,44	2,12	5,26	т.к.40	60
	Запеканка из творога	235,64	16,67	11,2	14,47	т.к.224	120
	Соус молочный	20,12	0,53	0,56	3,24	т.к.351	20
	Чай с сахаром	12,81	0,1	0	3,1	т.к.430	185
	Хлеб пшеничный	47,6	1,6	0,2	9,82	2008-800с	20
	<b>Итого ужин</b>	<b>359,3</b>	<b>19,34</b>	<b>14,1</b>	<b>35,89</b>		<b>405</b>