

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ
 «Детский сад «Журавлик» с. Укромное»
 Л.П. Емлютина



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	(ккал.) Жиры	Углеводы		
День 2							
Завтрак	Суп молочный с хлопьями овсяными «Геркулес»	200	4,82	5,08	101	132,4	101
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,90	15,03	78,6	
	Сливочное масло	5	0,04	3,63	0,7	33	6
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	414
	Итого за завтрак	415	10,02	12,02	46,3	335	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	386
	Итого за 2 завтрак	100	0,4	0,4	9,8	44	386
Обед	Соленые помидоры или огурцы	60	0,85	3,65	5,01	56,34	55
	Суп картофельный с фасолью	200	4,1	4,3	12,9	106,6	87
	Запеканка из печени с рисом	185	22,31	8,88	24,61	367,6	311
	Компот из сухофруктов	180	0,44	0,02	27,76	113	394
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,90	15,03	78,6	
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,20	56,70	
	Итого за обед	685	31,81	18,05	98,51	678,84	
Полдник	Свекла, тушенная в сметане	100	2,09	6,12	9,58	105	145
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	10,02	52,4	
	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89	413
	Итого за полдник	300	6,3	9,06	33,91	246,4	
	Итого за день	1500	48,53	39,53	178,72	1304,24	