



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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал.)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 8							
Завтрак	Омлет «Драчена»	85	8,52	11,69	5,05	160	242
	Икра кабачковая	80	2,0	6,13	7,89	92,8	
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,90	15,03	78,6	
	Сливочное масло	5	0,04	3,63	0,07	33	6
	Сыр	7,5	3,26	1,34	0,0	50,63	7
	Какао с молоком	200	4,3	3,54	17,6	118,89	416
	Итого за завтрак	407	20,43	21,23	45,64	533,92	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	386
Обед	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,52	3,07	1,6	35,88	20
	Борщ с картофелем	200	1,6	4,0	11,3	87,8	64
	Плов из птицы	210	21,0	19,4	35,13	399	321
	Кисель из ягод	180	0,126	0,036	24,73	99,72	396
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,9	15,03	78,6	
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,20	56,70	
	Итого за обед	710	27,42	27,7	100,99	757,7	
Полдник	Пудинг рыбный запеченный	110	12,94	6,74	9,63	151	285
	Рагу овощное	105	1,62	8,68	9,13	121	148
	Сок фруктовый	175	1,4	0,18	18,11	78,75	418
	Хлеб ржаной	20	1,54	0,6	10,02	52,4	
	Итого за прием	410	17,5	16,2	46,89	403,15	
	Итого	1627	65,75	65,53	203,32	1738,77	