Заведующий МБДОУ «Ромашка»

Утверждаю Петрова Е.К
Дата: «12» декабря 2024 г.

4 день	Выход		Белки		Жиры		Углеводы		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Суп молочный	0,160	0,180	4,35	4,35	4,11	4,11	13,93	13,93	110,10	110,10
Масло сливочное	0,003	0,003	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	63,00	63,00
Сыр твердый	0,010	0,015	0,00	0,00	2,18	2,18	0,04	0,04	19,80	19,80
Кофейный напиток с молоком сгущённым	0,150	0,180	2,65	3,18	2,33	2,80	11,31	13,57	77,00	92,40
Батон	0,020	0,020	2,90	2,90	1,20	1,20	11,80	11,80	74,00	74,00
Второй завтрак										
Сок	0,100	0,100	4,35	5,22	3,75	4,50	6,00	7,20	75,00	90,00
Обед										
Икра кабачковая конс.	0,030	0,040	0,35	0,47	0,01	0,01	1,15	1,53	7,20	9,60
Щи из свежих овощей	0,180	0,180	19,10	1,51	27,33	3,68	15,57	11,94	385,01	86,94
Жаркое по-домашнему	0,130	0,140	6,37	8,27	0,07	11,84	0,03	6,75	1,24	166,84
Компот из сухофруктов	0,140	0,160	2,75	3,03	0,11	3,45	0,50	17,34	0,65	112,84
Хлеб пшеничный	0,010	0,010	0,17	0,19	0,08	0,09	19,26	22,02	78,40	89,60
Хлеб ржаной	0,030	0,040	1,10	1,10	0,50	0,50	4,40	4,40	27,40	27,40
Полдник										
Булочка дорожная	0,050	0,050	31,75	16,973	28,42	19,968	55,16	81,773	569,33	580,016
Компот из свежих плодов	0,160	0,160	2,61	2,61	0,07	4,50	0,22	24,79	0,24	149,87
Овощи соленые	0,030	0,030	6,57	9,20	2,14	3,00	3,93	5,50	52,79	73,90
Кнели рыбные	0,060	0,070	2,04	2,25	3,20	3,52	13,63	14,99	91,50	100,65
Каша вязкая	0,100	0,110	0,56	0,70	2,00	2,50	2,35	2,93	29,64	37,05
Хлеб пшеничный	0,010	0,020	0,09	0,10	0,03	0,02	77,70	8,29	0,60	33,29
итого			15,91	18,544	13,25	14,385	69,82	76,251	464,51	513,545
Специалист по питанию Евенко Е.Б.										
Повар Коптева С.А										