

Утверждаю
 Руководитель учреждения МБДОУ Д/С 16
 _____ М.А. Васильева
 1/20/2025

МБДОУ "Детский сад № 16"
 (Сад)

№	Наименование блюда	Выход (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак						
1	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,40
3	Каша геркулесовая на воде	200	5,69	6,89	26,28	188,74
4	Чай с сахаром	200	2,69	3,07	12,50	86,00
Итого за Завтрак :			10,72	19,52	53,45	430,67
Второй завтрак						
5	Сок мультифрукт сад	100	0,40	0,10	15,70	68,00
Итого за Второй завтрак :			,4	,1	15,7	68
Обед						
6	Компот из апельсинов	180	0,42	0,09	14,57	61,06
7	Хлеб ржаной	40	2,64	1,28	17,00	72,40
8	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,40
9	Томаты в заливке	45	0,50	0,09	1,71	10,35
10	Суп гороховый с курином бульоне	200	14,03	9,98	25,50	249,96
11	Картофель отварной	135				
12	Цыплята тушеные с морковью	80	10,31	6,73	3,82	116,90
Итого за обед :			34,16	25,16	100,9	757,23
Уплотненный полдник						
13	Сок мультифрукт сад	100	0,40	0,10	15,70	68,00
Итого за Уплотненный полдник :			,4	,1	15,7	68
Уплотненный полдник						
14	Чай с сахаром	180	5,38	6,14	9,02	111,36
15	Хлеб ржаной	30	2,28	0,24	14,58	71,40
16	Куры отварные	80	13,58	9,36	29,52	260,21
17	Вермишель отварная	180	4,00	6,75	23,72	175,17
Итого за Уплотненный полдник :			21,56	19,71	53,58	481,78
Итого за день			67,24	64,59	239,32	1805,68

Медицинская сестра _____ Л.В. Федорова

Руководитель учреждения _____ М.А.
 Васильева