



Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Д/с №26 «Елочка»
А.Г. Мингулова А.Г. Мингулова

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций		Пищевые вещества						Энергетическая ценность(ккал)		Витамин	
				Белки		Жиры		Углеводы		Ккал		С	
2 день				Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	6,02	7,73	4,84	5,60	30,97	39,81	191,96	241,16	0,67	0,86
	Какао с молоком	180/6	180/6	3,67	3,67	3,19	3,19	10,87	10,87	90,87	90,87	1,43	1,43
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/5	1,92	2,29	4,36	4,50	12,92	15,49	98,50	111,68	-	-
2 завтрак	Сок	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00
Обед	Огурцы свежие порционно	30	50	0,21	0,35	0,03	0,05	0,57	0,95	3,67	6,00	1,47	2,45
	Борщ со свежей капустой, картофелем на мясном бульоне, со сметаной	150/5	180/7	1,81	1,48	3,70	4,59	6,74	8,12	70,31	85,97	6,43	7,71
	Гуляш из отварной говядины	30/30	40/40	8,73	11,64	10,07	13,43	1,73	2,31	132,60	176,80	0,56	0,74
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	110/2	130/3	6,45	7,62	3,13	4,16	29,16	34,47	170,14	205,27	0,00	0,00
	Кисель	150	180	0,45	0,54	0,08	0,09	13,50	16,18	62,70	75,24	0,83	0,99
	Хлеб ржаной	35	45	2,31	2,97	0,42	0,54	13,85	17,84	69,23	89,19	-	-
	Хлеб пшеничный	25	35	1,90	2,66	0,20	0,28	12,30	17,22	58,75	82,25	0,00	0,00
	Кисломолочный напиток (Ряженка)	150	180	4,35	5,22	3,75	4,50	6,30	7,56	76,00	92,00	0,45	0,45
Полдник	Кондитерское изделие (вафли)	20	20	0,75	0,75	6,10	6,10	12,50	12,50	108,50	108,50	-	-
	Королевская ватрушка	130	150	15,98	18,44	9,50	10,96	50,58	58,36	350,13	404,00	-	-
Ужин	Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	180/6/7	0,10	0,13	0,02	0,03	5,18	6,23	21,78	26,48	2,24	2,83
Итого за 2 день				55,65	66,50	49,38	58,02	227,36	268,10	1589,78	1880,11	18,08	21,46