

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Д/с №26 «Елочка»

Мин
А.Г. Мингулова



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Энергетическая ценность(ккал)	
		если ясли	сад	если ясли	сад
5 день					
Завтрак	Каша жидкая молочная гречневая, с маслом сливочным	140/3	180/3	180,10	225,90
	Чай без сахара, с мармеладом	170/10	180/20	48,15	96,30
	Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5	30/5/5	115,67	128,77
2 завтрак	Фрукт (яблоки)	100	100	47	47
Обед	Салат из зеленого горошка к/с	30	50	25,08	41,80
	Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками	150/10	180/10	108,56	126,35
	Тефтели мясные	50	70	92,46	129,44
	Рагу из овощей	120	150	162,29	202,86
	Компот из свежих фруктов	150	180	32,89	39,47
	Хлеб ржаной	40	45	79,20	89,19
Полдник	Кисломолочный напиток (ряженка)	150	180	76	92
	Кондитерское изделие (сушки)	20	20	66,20	66,20
Ужин	Рыба тушеная с овощами	40/20	50/25	196,18	105
	Пюре картофельное	120	140	109,80	128,10
	Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	180/6/7	21,78	26,48
	Хлеб пшеничный	20	35	47	82,25
Итого за 5 день				1408,35	1627,11