

Согласно контракту
№ 2024.617
От 22.12.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ "Д/с
№37 «Сказка»

Маркина

Л.П.

30 Января 2024 г.

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180/5	6.83	7.09	45.65	274.16	0.86
Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	5.99	42.67	1.17
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2.29	4.50	15.49	111.60	
Сыр порционно	10	2.63	2.66		34.33	0.07
Итого:	410	14.61	16.66	67.13	462.77	2.10
2 - ой ЗАВТРАК						
Фрукты свежие (яблоки)	100	0.40	0.40	9.80	47.00	10.00
Итого:	100	0.40	0.40	9.80	47.00	10.00
ОБЕД						
Салат из свежей капусты с морковью	60	1.56	4.43	1.94	53.88	2.79
Суп картофельный с клецками на мясном бульоне с мясом	180/10	5.92	3.76	13.59	121.66	4.20
Гуляш из отварной говядины	40/40	10.69	11.26	2.62	131.20	0.96
Пюре Картофельное	140	2.86	4.48	19.08	128.10	16.95
Компот из свежих яблок	180	0.14	0.14	13.20	55.26	0.81
Хлеб ржаной	45	2.97	0.54	17.82	89.10	
Итого:	695	24.14	24.61	68.24	579.20	25.71
ПОЛДНИК						
Кисломолочный напиток (Кефир)	180	5.22	4.50	7.20	90.00	1.26
Кондитерское изделие	13.5	1.47		15.28	83	0
Итого:	190	6.31	4.50	22.48	173.00	1.26
УЖИН						
Биточки рубленые из рыбы	70	8.54	5.43	10.28	124.60	0.22
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	130/3	6.84	3.88	30.65	181.83	0.52
Чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0.13	0.02	6.23	26.48	2.83
Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.50	0.00
Итого:	426	17.78	9.57	61.92	403.41	3.57
ВСЕГО:	1821	63.24	55.75	229.57	1665.38	42.64

