



Утверждено
заведующий детским садом № 31
Пострикова Н.А.

День 6, 11.04.22

Детский сад № 31

Гонимельник

Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	№ 8Д	каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/5	155,42	4,19	4,78	23,94
	гор.напиток	№ 413	чай с молоком с сахаром	180/6	75,76	3,03	2,4	10,48
	хлеб	таблица № 1	бутерброд с маслом сливочным	30/5	111,68	2,29	4,5	15,51
Завтрак 2	фрукты	№ 386	сок	180	76,26	0,9	0	18,17
Обед	закуска	№ 20	икра кабачковая	50	66,9	1,37	3,59	7,27
	1 блюдо	№ 88	суп картофельный с вермишелью на курином бульоне	200	94,6	2,15	2,27	13,964
	2 блюдо	ТТК № 580/а	жаркое из птицы по-домашнему	200	230,3	15,28	10,36	19,11
	гарнир							
	сладкое							
	хлеб бел.			фрукты свежие	100	47	0,4	0,4
Полдник	хлеб черн.	таблица № 6, стр.144	хлеб ржаной	45	89,19	2,97	0,54	18,84
	напиток	№ 392	напиток из цитрусовых	180	42	0,42	0,07	8,6
Ужин		№ 420	катык	180	91,89	5,23	4,5	7,57
		№ 437	вафли	20	108,4	0,79	6,12	12,51
		№ 308	гуляш из индейки	35/35	138,76	9,41	9,72	3,2
		№ 219	каша пшеничная вязкая на воде	130	131,95	3,47	3,67	21,26
		№ 417	напиток из шиповника растворимого	180/6	31,49	0,61	0,25	6,71
		таблица 6, стр.134	хлебпшеничный	30	70,57	2,28	0,24	14,77