

Утверждаю

Заведующий МБДОУ ДС "Сказка с Кичуй"

Нуретдинова В.А.



День 9- ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции 1-3 года	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	С
ЗАВТРАК						
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3	6,02	4,84	30,97	191,96	0,67
Чай с молоком, сахаром	180/6	2,67	2,27	10,34	72,70	1,20
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,92	4,36	12,92	98,50	
Итого:	359	10,60	11,46	54,23	363,16	1,87
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 свеж капусты с яблоком	40	0,05	2,04	4,47	36,04	
Суп-лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы	150/10	3,88	5,18	7,01	95,65	0,54
Жаркое из отварной птицы по-домашнему	150	13,89	15,51	14,21	252,86	5,79
Напиток из сухофруктов	150	0,50	0,07	17,34	73,33	0,54
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,86	69,30	
Итого:	525	20,62	23,21	56,89	527,18	6,87
ПОЛДНИК						
Кисломолочный напиток (кефир,ряженка,катык)	150	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45
УЖИН						
Ватрушка королевская	130	15,98	9,50	50,58	350,13	
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	0,10	0,02	5,17	21,78	2,02
Итого:	440	20,43	13,27	62,05	447,91	2,47
ВСЕГО:	1424	52,06	48,34	182,97	1385,25	21,21

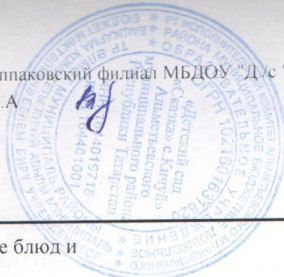
Утверждаю
Заведующий МБДОУ "Д/с "Сказка" с. Кируй"
Нуретдинова В.А.



День 9- ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции 3-7 лет	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин
		белки	жиры	угл-ды	ценность	С
ЗАВТРАК						
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3	7,73	5,60	39,81	241,16	0,86
Чай с молоком, сахаром	180/6	2,67	2,27	10,34	72,70	1,20
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,50	15,49	111,60	
Итого:	404	12,69	12,37	65,64	425,46	2,06
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 свеж капуст с яблок	60	0,07	3,06	6,70	54,06	10,12
Суп-лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы	180/10	4,65	6,22	8,41	114,78	0,64
Жаркое из отварной птицы по-домашнему	180	16,66	18,61	17,05	303,43	6,95
Напиток из сухофруктов	180	0,60	0,08	20,81	68,18	0,65
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82	89,10	
Итого:	680	26,85	28,71	83,09	688,30	18,36
ПОЛДНИК						
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык)	180	5,22	4,50	7,56	91,80	1,44
кисломолочный напиток УЖИН						
Ватрушка королевская	150	18,44	10,96	58,36	404,00	
Чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83
Итого:	523	23,79	15,49	72,15	522,28	4,27
ВСЕГО:	1 707	63,73	56,96	230,68	1683,04	34,69

Утверждаю
Заведующий Аппаковский филиал МБДОУ "Д/с "Сказка" с. Кичуй"
Нуретдинова В.А.



День 9-ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции 3-7 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	С
ЗАВТРАК						
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3	7,73	5,60	39,81	241,16	0,86
Чай с молоком, сахаром	180/6	2,67	2,27	10,34	72,70	1,20
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,50	15,49	111,60	
Итого:	404	12,69	12,37	65,64	425,46	2,06
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 свеж. капусты с яблок	60	0,07	3,06	6,70	54,06	10,12
Суп-лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы	180/10	4,65	6,22	8,41	114,78	0,64
Жаркое из отварной птицы по-домашнему	180	16,66	18,61	17,05	303,43	6,95
Напиток из сухофруктов	180	0,60	0,08	20,81	68,18	0,65
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82	89,10	
Итого:	680	26,85	28,71	83,09	688,30	18,36
ПОЛДНИК						
Ватрушка королевская	150	18,44	10,96	58,36	404,00	
Чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83
Итого:	343	18,57	10,99	64,59	430,48	2,83
ВСЕГО:	1 527	58,51	52,46	223,12	1591,24	33,25