



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ ДСОВ № 29
Е.А. Панченко

04.10.2024

	Название блюда	Выход гр.	энерг. ценность	белки	Жиры	углеводы	№ реп. карты
завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150	187	5,6	6,6	26,4	198
	Какао на сгущенном молоке	160	88	2,3	2,4	14,8	289
	Бутерброд с маслом и сыром 38/8/5	43	167	6,7	9,6	13,2	2
	Итого за прием пищи	353	442	14,6	18,6	54,4	
2 завтрак	Компот из консерв. фруктов	100	62,8	0,1	0	16,1	108
	Итого за прием пищи	100	62,8	0,1	0	16,1	
обед	Огурец соленый	30	3,9	0,2	0	0,5	
	Суп рыбный (сайра)	150	96,47	5,88	3,15	10,4	
	Жаркое по-домашнему	150	258,4	17,7	15,8	11,3	274
	Компот из сухофруктов	150	109,27	1,44	0,08	25,33	551
	Хлеб	30	70,5	2,28	0,24	14,76	115
	Итого за прием пищи	510	538,54	27,5	19,27	62,36	
полдник	Рогалик со сгущенкой	50	198	4,8	4,9	3,8	291
	Чай с сахаром	160	18	0,1	0,02	4,6	282
	Итого за прием пищи	210	216	4,9	4,92	8,4	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1173	1259,34	47,1	42,79	141,26	