



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ ДСОВ № 29
 Е.А. Панченко

12.04.2024

	Название блюда	Выход гр.	энерг. ценность	белки	Жиры	углеводы	№ рек. карты
завтрак	Каша ячневая вязкая молочная	180	234,21	7,98	8,29	31,9	182
	Какао на молоке	180	13,7	3,6	3,3	13,7	15
	Бутиерброд с маслом и сыром 30/8/8	46	254	9,7	9,9	30,8	3
	Итого за прием пищи	406	501,91	21,28	21,49	76,4	
2 завтрак	Кисель из концентратов	100	77	0,05	0	19,15	517
	Итого за прием пищи	100	47	0,4	0,4	9,8	
обед	Зел. горошек консерв. отварной	50	50,25	1,18	3,81	2,93	24
	Суп «шахтерский» с мясом и со смет.	180	144	4,15	6,04	19,67	8
	Капуста тушенная с мясом	170	280	10	8,2	10,8	55
	Компот из сухофруктов	180	131,72	1,73	0,1	30,46	531
	Хлеб	50	117,5	3,8	0,4	24,6	115
	Итого за прием пищи	630	723,47	20,86	18,55	88,46	
полдник	пирожок из дрож теста с повидлом	80	212	4,6	1,87	44,44	454
	Чай с лимоном	205	39,19	0,1	0,02	9,46	412
	Итого за прием пищи	285	251,19	4,7	1,89	53,9	
ужин	Суп рыбный	200	100,88	6,58	2,8	12,26	159
	Молоко кипяченое	200	110,04	5,8	5	9,6	534
	Хлеб	50	117,5	3,8	0,4	24,6	115
	Итого за прием пищи	450	572,04	33,2	26,5	49,3	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1871	2095,61	80,44	68,83	277,86	