



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ ДСОВ № 29

Е.А. Панченко

12.04.2024							
	Название блюда	Выход гр.	энерг. ценность	белки	Жиры	углеводы	№ реп. карты
завтрак	Каша ячневая вязкая молочная	160	208,15	7,09	7,36	28,35	182
	Какао с молоком	150	70	2,7	2	9,9	288
	Бутерброд с маслом и сыром	43	167	6,7	9,6	13,2	2
Итого за прием пищи		353	445,15	16,49	18,96	51,45	
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	Зеленый горошек консерв. отварной	30	50,25	1,18	3,81	2,93	24
	Суп «шахтерский» с мясом и со смет.	150	115,2	3,32	4,83	15,74	18
	Капуста тушеная с мясом	130	69,3	4,1	4	54,3	428
	Компот из сухофруктов	150	67	0,7	0,03	15,4	531
	Хлеб	30	70,5	2,28	0,24	14,76	115
Итого за прием пищи		490	372,25	11,58	12,91	103,13	
полдник	пирожок из дрож. теста с повидлом	60	159,6	3,45	1,4	33,33	454
	Чай с лимоном	165	31,37	0,08	0,01	7,58	412
Итого за прием пищи		225	190,97	3,53	1,41	40,91	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1168	1055,37	32	33,68	205,29	