



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ ДСОР № 29

Е.А. Панченко

20.12.2024

	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	
	Какао с молоком	150	70	2,7	2	9,9	
	Бутерброд с маслом и сыром	43	167	6,7	9,6	13,2	
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	77	0,05	0	19,15	
обед	Зел. горошек консерв. отварной	30	50,25	1,18	3,81	2,93	24
	Суп картофельный с вермишелью	150	71,46	1,6	1,69	14,01	88
	рагу овощное	150	116,05	2,47	5,68	13,43	362
	Компот из сухофруктов	150	67	0,7	0,03	15,4	530
	Хлеб	30	70,5	2,28	0,24	14,76	
Итого за прием пищи		510	375,26	8,23	11,45	60,53	
полдник	пирожок из дрож теста с повидлом	60	159,6	3,45	1,4	33,33	
	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		1188	1088,38	28,3	31,82	172,04	