

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ ДСОВ № 29

Е.А. Панченко

29.11.2023 г.

	Название блюда	Выход гр.	энерг. ценность	белки	жиры	углеводы	№ реп. карты
завтрак	Запеканка из творога	130	341	21,9	15,8	27,6	227
	Соус молочный	30	55,81	0,89	1,93	8,72	152
	Чай с сахаром	160	18	0,1	0,02	4,6	282
	Бутерброд с маслом 30/8	38	103	2,3	4,13	12	1
	Итого за прием пищи	358	517,81	25,19	21,88	52,92	
2 завтрак	Сок яблочный	100	46	0,5	0,1	10,1	537
	Итого за прием пищи	100	46	0,5	0,1	10,1	
обед	Салат из свеклы	30	28,15	0,43	1,83	2,51	34
	Суп картофельный с вермишелью	150	71,46	1,6	1,69	14,01	88
	Плов с мясом	150	263,99	11,34	11,16	29,52	375
	Компот из сухофруктов	150	67	0,7	0,03	15,4	292
	Хлеб	30	70,5	2,28	0,24	14,76	115
	Итого за прием пищи	510	511,15	17,48	17	72,7	
	Сок яблочный	100	46	0,5	0,1	0,1	537
	Итого за прием пищи	100	46	0,5	0,1	0,1	
	Итого за прием пищи	100	46	0,5	0,1	0,1	
полдник	Булочка Дорожная	40	157,28	2,78	5,39	23,27	453
	Компот из конс. фруктов	170	125,3	0,2	0	32,3	108
	Итого за прием пищи	200	203,9	2,45	0,87	47,72	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1268	1324,86	46,12	39,95	183,54	