

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ

«Зиянчури́нский детский сад «Теремок»

Е.Г. Семенова

«10» 12 2024г

День: вторник

Неделя: вторая

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С	№ рецеп-туры
			Белки	Жиры	Углеводы			
	Завтрак							
1	Каша рисовая молочная	200	5,55	9,03	32,5	236,21		75
2	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64		263
3	Батон	20	1,6	0,6	10,2	52,4		
	Обед							
1	Салат с соленым огурцом	50	0,43					19
2	Суп рыбный с консервами	200	8,14	2,08	13,32	120,68		44
3	Картофель отварной с маслом	170	2,8	4,8	29,14	164		105
4	Хлеб	60	4,56	-	29,4	141		
5	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	41,4	171		205
	Полдник							
1	Макаронник	200	7,2	6,9	41,8	260		149
2	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64		263
	Итого		32,49	32,51	221,87	1242,57		