

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
«Зиянчуринский детский сад «Теремок»

Е.П. Семенова
« 16 » 08 2025 г.



День: понедельник

Неделя: первая

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			Энергетическая ценность (ккал)	Вита мин С	№ рецеп туры
			Белк и	Жиры	Углеводы			
	Завтрак							
1	Каша манная молочная	200	6	8,2	29,3	215		132
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	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	3,48	0,54	14,52	85,64		36
2	Плов из мяса птицы	210	20,1	18,57	33,62	381,9		304
3	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64		263
4	Хлеб	60	4,56	-	29,4	141		
	Полдник							
1	Вафли	40	1,17	1,33	31	141,66		152
2	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64		263
	Итого		37,27	29,24	184,16	1163,52		