

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
«Зиянчуринский детский сад «Теремок»
Семенова



День: четверг
Неделя: вторая

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			Энергетическая ценность (ккал)	Вита мин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
	Завтрак							
1	Каша геркулесовая молочная	200	10,2	15	37,8	326		189
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	Рассольник ленинградский	200	1,68	4,1	13,28	96,6		76
2	Макароны отварные	150	5,76	0,82	31,14	155,1		204
3	Мясо птицы в соусе	80	9,78	10,48	1,76	140		2/9
4	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64		263
5	Хлеб	60	4,56	-	29,4	141		
	Полдник							
1	Блинчики с маслом	105	5,18	6,2	29,82	196		402
2	Чай с сахаром	200	0,12	-	18,04	48,64		263
	Итого		39,12	37,2	195,52	1253,02		