

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
«Зиянчуринский детский сад «Теремок»
Е.Г. Семенова
« 10 » 01 2024г

День: пятница
Неделя: вторая

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			Энергетическая ценность (ккал)	Вита мин С	№ рецеп туры
			Белки	Жиры	Углеводы			
	Завтрак							
1	Каша пшеничная молочная	200/5	7,42	7,26	36,39	243,73		133
2	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64		263
3	Батон с маслом	20/5	1,6	4,7	10,25	89,9		
	Обед							
1	Салат с луком	50	0,66	3,09	3,89	46,05		11
2	Суп с клецками	200	1,67	2,68	9,71	69,8		
3	Рис отварной	150	3,64	5,37	36,69	209,7		315
4	Мясо птицы в соусе	80	9,78	10,48	1,76	140		2/9
5	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64		263
6	Хлеб	60	4,56	-	29,4	141		
	Полдник							
1	Печенье	30	2,4	3	22,2	125,1		
2	Сок	200	1,4	-	13,8	62		
	Итого		33,37	36,58	188,11	1224,56		