УТВЕРЖДАЮ
заведующий МАДОУ
«Медведевский детский сад №5
«Золотая рыбка»
С.В. Ахмадуллина

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Выход блюда*	*Пищевые вещества (г.)*			*Энергетическая ценность (ккал)*
		1-3 лет	*Б*	*Ж*	*У*	
День 1		**350**	**10,04**	**12,63**	**53,77**	**361,4**
ЗАВТРАК	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	130	7,41	5,08	33.3	201,28
	Чай с сахаром	180	0,18	0	5,85	24,12
	Бутерброд с маслом	30/10	2,45	7,55	14,62	136,0
2 ЗАВТРАК		**100**	**0,9**	**0**	**27,4**	**93,6**
	Сок фруктовый в ассортименте	100	0,9	0	27,4	93,6
ОБЕД		**550**	**17,68**	**12,24**	**52,81**	**393,3**
	Щи из свежей капусты с картоф со сметаной	150/5	1,17	2,53	5,91	52,69
	Гуляш из отварного мяса	40/40	10,2	4,2	6,0	68,0
	Каша перловая рассыпчатая	110	3,37	3,06	25,6	94,1
	Компот из сушеных фруктов (смесь)	150	0,36	0,02	23,0	82,8
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,3	61,8
	Икра морковная	30	0,6	2,1	3,0	34,0
Полдник		**200**	**4,4**	**0,65**	**39,4**	**164,47**
	Напиток из шиповника	150	0,6	0,2	15,2	48,97
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	24,2	115,5
Ужин		**400**	**9,51**	**6,53**	**71,8**	**346,2**
	Молочный суп с макаронными изделиями	150	5,25	5,92	18,52	105,7
	Напиток витаминный	200	0,46	0,16	29,1	125,0
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	24,2	115,5
Итого за первый день		**1600**	**42,53**	**32,05**	**245,18**	**1558,93**

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МАДОУ
«Медведевский детский сад №5
«Золотая рыбка»
С.В. Ахмадуллина

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Выход блюда*	*Пищевые вещества (г.)*			*Энергетическая ценность (ккал)*
		3-7 лет	*Б*	*Ж*	*У*	
День 1		**400**	**11,77**	**13,81**	**62,19**	**410,54**
ЗАВТРАК	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	160	9,12	6,26	41,07	247,74
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
	Бутерброд с маслом	30/10	2,45	7,55	14,62	136,0
2 ЗАВТРАК		**100**	**0,9**	**0**	**27,4**	**93,6**
	Сок фруктовый в ассортименте	100	0,9	0	27,4	93,6
ОБЕД		**700**	**19,95**	**16,23**	**91,29**	**642,9**
	Щи из свежей капусты с картоф со сметаной	195/5	1,53	3,3	7,69	67,69
	Гуляш из отварного мяса	40/40	10,2	4,2	6,0	68,0
	Каша перловая рассыпчатая	150	4,6	4,18	35,0	206,0
	Компот из сушеных фруктов (смесь)	180	0,44	0,02	27,7	113,0
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,3	61,8
	Икра морковная	60	1,2	4,2	6,0	68,0
Полдник		**250**	**4,4**	**0,65**	**39,4**	**180,8**
	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	24,2	115,5
Ужин		**450**	**11,26**	**8,51**	**78,28**	**381,5**
	Молочный суп с макаронными изделиями	200	7,0	7,9	24,7	141,0
	Напиток витаминный	200	0,46	0,16	29,1	125,0
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	24,2	115,5
Итого за первый день		**1900**	**48,28**	**39,2**	**298,28**	**1750,93**