

Заведующая МБДОУ "Юринский
детский сад "Теремок"
Усачева М.В.



МБДОУ «Юринский детский сад «Теремок»
на 21.03.2022г

| № п/п | Наименования блюда | Вес блюда | Б | Ж | У | Э.п |
|-----------|---------------------------|-----------|------|------|-------|--------|
| Завтрак | | | | | | |
| 1. | Каша гречневая мол. с мас | 150 | 6,8 | 7,4 | 28,6 | 177,3 |
| 2. | Чай с молоком | 150 | 2,34 | 2,43 | 13,28 | 81,96 |
| 3. | хлеб в/с | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,4 | 68,1 |
| 2 завтрак | | | | | | |
| 10:00 | Сок фруктовый | 100 | 0,5 | 0,4 | 9,7 | 42 |
| Обед | | | | | | |
| 1. | Щи со свеж. кап. с кур. | 150 | 2,95 | 3,94 | 6,87 | 82,5 |
| 2. | Рожки отварная с маслом | 130 | 3,5 | 3,3 | 19,9 | 144,3 |
| 3. | Печень в соусе | 60 | 8,6 | 8,25 | 2 | 116,8 |
| 4 | Компот из изюма | 150 | 0,4 | 0 | 11,7 | 46,5 |
| 5 | хлеб ржаной | 30 | 1,2 | 0,15 | 7,2 | 34,05 |
| Полдник | | | | | | |
| 1. | Яйцо варёное | 20 | 2,55 | 2,3 | 0,15 | 31,5 |
| 2 | Хлеб в/с | 15 | 1,2 | 0,15 | 7,2 | 34,05 |
| 3. | Чай с сахаром | 150 | | | 11 | 43,5 |
| | | | 3,75 | 2,45 | 18,35 | 109,05 |

МБДОУ «Юринский детский сад «Теремок»
на 21.03.2022г

| № п/п | Наименования блюда | Вес блюда | Б | Ж | У | Э.п |
|-----------|---------------------------|-----------|------|------|-------|-------|
| Завтрак | | | | | | |
| 1. | Каша гречневая мол. с мас | 200 | 8 | 9,9 | 31,4 | 236,4 |
| 2. | Чай с молоком | 200 | 2,81 | 2,92 | 15,93 | 98,35 |
| 3. | хлеб в/с | 40 | 3,3 | 4,4 | 19,2 | 90,8 |
| 2 завтрак | | | | | | |
| 10:00 | Сок фруктовый | 100 | 0,5 | 0,4 | 9,7 | 42 |
| Обед | | | | | | |
| 1. | Щи со свеж. кап. с кур. | 250 | 4,96 | 4,8 | 13,3 | 108,5 |
| 2. | Рожки отварная с маслом | 150 | 4,6 | 5,08 | 22,96 | 163,2 |
| 3. | Печень в соусе | 80 | 11,5 | 11 | 2,7 | 155,8 |
| 4 | Компот из изюма | 200 | 0,3 | 0 | 15,7 | 62 |
| 5 | хлеб ржаной | 40 | 1,8 | 0,28 | 19,9 | 85,6 |
| Полдник | | | | | | |
| 1. | Яйцо варёное | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 |
| 2. | Хлеб в/с | 20 | 1,65 | 2,2 | 9,6 | 45,4 |
| 3. | Чай с сахаром | 200 | | | 14 | 56,8 |
| | | | 6,75 | 6,2 | 23,9 | 165,2 |