|  |
| --- |
|  |





**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий МБДОУ ДС № 26

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н. Г. Зинина

**ДАТА 26/04.24г.**

**пятница**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход блюда,  грамм | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | С ,мг |
| Макароны отварные с сыром | 180 | 9.7 | 10.9 | 30.1 | 261.0 | 0.12 |
| Хлеб с маслом сливочным крестьянским | 35 | 3.06 | 9.43 | 18.27 | 170.0 | 0.0 |
| Какао с молоком | 200 | 2.8 | 2.2 | 14.8 | 87.0 | 0.52 |
| **Итого за прием** | **415** | **15.56** | **22.53** | **63.17** | **518.0** | **0.65** |

**2-Й ЗАВТРАК (10.00)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход блюда,  грамм | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | С. мг |
| Снежок | 100 | 5.22 | 4.5 | 7.56 | 92.0 | 0.54 |

**ОБЕД**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход блюда,  грамм | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | С. Мг |
| Суп гороховый с курицей | 200 | 7.41 | 7.98 | 18.46 | 182.84 | 18.88 |
| Капуста тушеная с овощами, говядиной | 180 | 19.5 | 19.5 | 3.8 | 268.0 | 1.14 |
| Кисель ягодный | 180 | 0.9 | 0.05 | 20.6 | 89.0 | 0. 13 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 1.56 | 0.36 | 13.29 | 64.2 | 0.0 |
| **Итого за приём** | **600** | **45.29** | **47.17** | **66.64** | **882.26** | **68.5** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование  блюда | Выход блюда ,грамм | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | С, мг |
| Молоко | 200 | 0.9 | 0.23 | 10.74 | 39.55 | 0.0 |
| Пряник | 40 | 7.5 | 9.8 | 74.4 | 417.0 | 0.0 |
| Яблоко свежее | 50 | 0.5 | 0.4 | 42.0 | 97.0 | 0.0 |
| **Итого за прием** | **290** | **8.8** | **10.33** | **95.14** | **503.55** | **0.0** |
| **Итого за день** | **1405** | **74.87** | **84.53** | **232.51** | **1995.81** | **69.69** |

**Полдник**