|  |
| --- |
|  |





**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий МБДОУ ДС № 26

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

**ДАТА 14.05. 24г.**

**вторник**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход блюда,  грамм | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | С ,мг |
| Запеканка творожно манная с молочно сливочным соусом | 140/35 | 20.2 | 14.9 | 24.5 | 315.0 | 0.26 |
| 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** | **410** | **26.06** | **26.53** | **57.57** | **572.0** | **0.26** |

**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 |
| Салат с квашенной капусты ,маслом | 50 | 1.8 | 0.1 | 4.6 | 26.4 | 0.0 |
| Суп рыбный со свежей горбуши | 180 | 6.2 | 1.5 | 11.0 | 83.0 | 3.93 |
| Гречка отварная с маслом | 130 | 9.3 | 1.1 | 73.7 | 320.0 |
| Котлета мясная в томатном соусе | 70 | 14.1 | 15.7 | 6.6 | 222.5 | 0.0 |
| Кисель ягодный | 180 | 0.3 | 0.1 | 5.1 | 22.8 | 0.44 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 8.1 | 1.0 | 48.8 | 242.0 | 0.0 |
| **Итого за приём** | **650** | **39.8** | **19.5** | **149.8** | **916.7** | **4.37** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование  блюда | Выход блюда,  грамм | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | С, мг |
| Молоко | 200 | 1.4 | 1.1 | 11.3 | 59.0 | 0.26 |
| Пряник | 40 | 4.3 | 2.2 | 4.4 | 197.0 | 0.05 |
| Груша свежая | 50 | 0.5 | 0.3 | 10.0 | 47.0 | 0.0 |
| **Итого за прием** | **290** | **6.2** | **3.6** | **25.7** | **303.0** | **0.31** |
| **Итого за день** | **1450** | **77.28** | **54.13** | **240.63** | **1883.37** | **5.48** |

**Полдник**