|  |
| --- |
|  |





**УТВЕРЖДАЮ**

 Заведующий МБДОУ ДС № 26

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

**ДАТА 24.10.24г**

**четверг**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход блюда,грамм | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | С ,мг |
| Суп молочный вермишелевый | 180 | 4.67 | 4.86 | 20.94 | 146.0 | 0.0 |
| Хлеб с маслом сливочным крестьянским  | 35 | 3.06 | 9.43 | 18.27 | 170.0 | 0.0 |
| Какао с молоком | 200 | 0.1 | 0.03 | 9.1 | 25.0 | 0.0 |
| **Итого за прием** | **415** | **7.83** | **14.32** | **48.31** | **341.0** | **0.0** |

**2-Й ЗАВТРАК (10.00)**

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

**ОБЕД**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход блюда,грамм | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | С. мг |
| Икра кабачковая | 40 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 12.0 | 0.0 |
| Суп с морской капусты , курицей, сметаной | 180 |  0.84 | 0.67 | 3.69 | 24.66 | 9.87 |
| Плов с мясом | 180 | 9.8 | 4.9 | 25.4 | 177.3 | 0.0 |
| Кисель ягодный | 180 | 0.9 | 0.05 | 20.6 | 89.0 | 0.13 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2.34 | 0.54 | 19.93 | 96.0 | 0.0 |
| **Итого за приём** | **620** | **20.98** | **13.38** | **78.08** | **557.39** | **21.48** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход блюда,грамм | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | С, мг |
| Пряник | 40 | 5.5 | 6.0 | 36.8 | 223.0 | 0.03 |
| Чай с сахаром  | 180 | 0.1 | 0.03 | 9.1 | 25.0 | 0.0 |
| Салат картофельный с зеленым горошком | 50 | 0.4 | 0.4 | 0.3 | 42.0 | 0.0 |
| **Итого за прием** | **270** | **6.0** | **6.43** | **46.2** | **290.0** | **0.03** |
| **Итого за день** | **1405** | **34.41** | **38.23** | **179.85** | **1280.39** | **22.05** |

**Полдник**