|  |
| --- |
|  |





**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий МБДОУ ДС № 26

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

**ДАТА 27.05.25 г.**

**Вторник**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход блюда,  грамм | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | С ,мг |
| Сырники с курагой и сметаной | 180 | 4.67 | 4.86 | 20.94 | 146.0 | 0.0 |
| Хлеб с маслом сливочным | 30 | 3.06 | 9.43 | 18.27 | 170.0 | 0.0 |
| Какао | 180 | 3.6 | 3.3 | 13.7 | 100.0 | 0.52 |
| **Итого за прием** | **415** | **11.33** | **17.59** | **52.91** | **416.0** | **0.52** |

**2-Й ЗАВТРАК (10.00)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход блюда,  грамм | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | С. Мг |
| Сок фруктовый | 100 | 5.22 | 4.5 | 7.56 | 92.0 | 0.54 |

**ОБЕД**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Салат огурец соленый | 50 | 0.2 | 0.0 | 12.0 | 0.3 | 0.0 |
| Суп рыбный с сардины | 180 | 2.86 | 0.24 | 8.06 | 50.94 | 2.13 |
| Гречка отварная с котлетой мясной | 130 | 5.5 | 4.2 | 33.3 | 316.0 | 0.0 |
| Компот | 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** | **650** | **22.42** | **16.5** | **100.75** | **722.44** | **3.26** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование  блюда | Выход блюда,  грамм | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | С, мг |
| Пряник | 40 | 9.0 | 7.5 | 71.0 | 390.0 | 0.0 |
| Молоко | 180 | 3.6 | 3.3 | 13.7 | 100.0 | 0.0 |
| Свежая груша |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за прием** | **270** | **13.0** | **11.2** | **95.7** | **536.0** | **0.0** |
| **Итого за день** | **1435** | **51.97** | **49.79** | **256.92** | **1766.44** | **4.32** |

**Полдник**