|  |
| --- |
|  |





**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий МБДОУ ДС № 26

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

**ДАТА 09.06.25г.**

**понедельник**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход блюда,  грамм | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | С ,мг |
| Каша молочная рисовая вязкая | 180 | 5.55 | 7.81 | 22.37 | 181.98 | 0.00 |
| 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** | **11.41** | **19.44** | **55.44** | **438.98** | **0.52** |

**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 со свежей капусты | 50 | 1.6 | 6.09 | 3.07 | 69.6 | 0.0 |
| Рассольник с курицей , сметаной | 180 | 5.27 | 2.62 | 7.53 | 70.74 | 4.29 |
| Запеканка вермишелевая с мясом | 180 | 16.87 | 15.98 | 18.38 | 284.5 | 1.13 |
| Кисель ягодный | 180 | 1.36 | 0.0 | 29.02 | 116.19 | 0.4 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 1.56 | 0.36 | 13.29 | 64.2 | 0.0 |
| **Итого за приём** | **630** | **27.56** | **24.46** | **69.02** | **598.63** | **6.22** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование  блюда | Выход блюда,  грамм | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | С, мг |
| Вафли | 40 | 4.3 | 2.2 | 40.4 | 197.0 | 0.05 |
| Чай с сахаром | 180 | 1.4 | 1.1 | 11.3 | 59.0 | 0.26 |
| **Груша свежая** | **50** | **0.4** | **0.4** | **12.0** | **129.0** | **0.0** |
| **Итого за прием** | **270** | **5.7** | **3.3** | **51.7** | **385.0** | **0.31** |
| **Итого за день** | **1415** | **49.89** | **51.7** | **183.72** | **1514.61** | **7.59** |

**Полдник**