

Заведующий МДОАУ №37

Утверждаю
О.О. Комбинат
И.И. И.С.
№ 1

Утверждаю: ген. директор
ООО "Комбинат питания № 1"
Н. С. Зубавленко

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40
Повидло	10	0	0	6,3	10,2
Каша пшенная молочная жидкая	140	5,46	6,62	25,06	198,52
Чай с сахаром	180	0,09	0,00	13,50	54,00
Итого за Завтрак 1	350	7,05	7,20	55,14	315,12
Завтрак 2					
Соки овощные, фруктовые	150	0,75	0,00	0,00	82,50
Итого за Завтрак 2	150	0,75	0,00	0,00	82,50
Обед					
Салат "Здоровье"	30	0,58	2,64	2,52	36,09
Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,26	3,59	5,60	59,76
Котлеты рубленые	50	7,45	5,50	7,28	108,13
Картофельное пюре	110	2,31	4,84	11,99	101,20
Компот из свежих плодов	150	0,38	0,15	17,33	72,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого за Обед	560	15,02	17,04	64,40	471,18
Полдник					
Чай с молоком	150	1,13	0,98	11,93	60,75
Булочка творожная	50	6,54	3,03	24,79	153,00
Итого за Полдник	200	7,67	4,01	36,72	213,75
Ужин					
Макароны запеченные с яйцом	150	6,83	8,93	22,65	198,00
Напиток из плодов шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	17,00	90,50
Итого за Ужин	400	10,83	9,83	62,45	385,50
Итого за день	1 660	41,32	38,08	218,71	1 468,05