

Утверждено:  
Заведующий  
МБДОУ № 275  
д/с № 2  
«Миша»  
[Подпись]

МБДОУ № 275 д/с "Миша" (1,5-3 лет)		22.04.2024 (Понедельник)
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак 1</u>		
180	Каша из овсяных хлопьев молочная	кКал-143, Белки-4, Жиры-9, Угл-12
50	Бутерброд с маслом	кКал-135, Белки-1, Жиры-11, Угл-7
180	Какао с молоком	кКал-122, Белки-8, Жиры-7, Угл-9
Итого за Завтрак:		кКал-400, Белки-13, Жиры-27, Угл-28
<u>Завтрак 2</u>		
100	Апельсины	кКал-36, Белки-1, Жиры-1, Угл-8
<u>Обед</u>		
220	Суп картофельный „Паутинка“	кКал-138, Белки-3, Жиры-12, Угл-2
80	Курица в соусе с томатом	кКал-376, Белки-32, Жиры-26, Угл-3
120	Макаронные изделия отварные	кКал-198, Белки-16, Жиры-2, Угл-28
180	Компот из свежемороженных ягод	кКал-56, Угл-14
30	Хлеб Новоукраинский	кКал-220, белки-8, жиры-2, угл-43
40	Хлеб пшеничный	кКал-323, Белки-18, Жиры-8, Угл-79
Итого за Обед:		кКал-1311, Белки-77, Жиры-50, Угл-169
<u>Полдник</u>		
40	Пряники	кКал-336, Белки-6, Жиры-5, Угл-75
180	Кисель из концентрата плодового или ягодного	кКал-122, Белки-1, Угл-29
Итого за Полдник:		кКал-458, Белки-7, Жиры-5, Угл-104
<u>Ужин</u>		
180	Суп картофельный с рыбой	кКал-145, Белки-6, Жиры-6, Угл-14
180	Напиток из плодов шиповника	кКал-48, Угл-12
30	Хлеб пшеничный	кКал-211, Белки-14, Жиры-6, Угл-63
Итого за Ужин:		кКал-404, Белки-20, Жиры-12, Угл-89
Итого за день:		кКал-2609, Белки-118, Жиры-95, Угл-398

Сутворено: 22.04.2024  
 Завтрак  
 МБДОУ № 275  
 д/с № 275  
 «Миша»  
 [Signature]

МБДОУ № 275 д/с "Миша" (3-7 лет)		22.04.2024 (Понедельник)
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак 1</u>		
200	Кашиа из овсяных хлопьев молочная	кКал-143, Белки-4, Жиры-9, Угл-12
55	Бутерброд с маслом	кКал-135, Белки-1, Жиры-11, Угл-7
200	Какао с молоком	кКал-122, Белки-8, Жиры-7, Угл-9
Итого за Завтрак: кКал-400, Белки-13, Жиры-27, Угл-28		
<u>Завтрак 2</u>		
100	Апельсины	кКал-36, Белки-1, Жиры-1, Угл-8
<u>Обед</u>		
250	Суп картофельный „Паутинка,,	кКал-138, Белки-3, Жиры-12, Угл-2
100	Курица в соусе с томатом	кКал-376, Белки-32, Жиры-26, Угл-3
130	Макаронные изделия отварные	кКал-198, Белки-16, Жиры-2, Угл-28
200	Компот из свежемороженых ягод	кКал-56, Угл-14
40	Хлеб Новоукраинский	кКал-220, белки-8, жиры-2, угл-43
50	Хлеб пшеничный	кКал-323, Белки-18, Жиры-8, Угл-79
Итого за Обед: кКал-1311, Белки-77, Жиры-50, Угл-169		
<u>Полдник</u>		
40	Пряники	кКал-336, Белки-6, Жиры-5, Угл-75
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	кКал-122, Белки-1, Угл-29
Итого за Полдник: кКал-458, Белки-7, Жиры-5, Угл-104		
<u>Ужин</u>		
200	Суп картофельный с рыбой	кКал-145, Белки-6, Жиры-6, Угл-14
200	Напиток из плодов шиповника	кКал-48, Угл-12
40	Хлеб пшеничный	кКал-211, Белки-14, Жиры-6, Угл-63
Итого за Ужин: кКал-404, Белки-20, Жиры-12, Угл-89		
Итого за день: кКал-2609, Белки-118, Жиры-95, Угл-398		