

МБДОУ № 275 д/с "Миша" (1,5-3 лет)		24.04.2024(Среда)
Выход од (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводов (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак 1</u>		
180	Каша рисовая молочная жидкая	кКал-225, Белки-6, Жиры-10, Угл-28
50	Бутерброд с маслом	кКал-74, Белки-2, Жиры-17
180	Какао с молоком	кКал-122, Белки-8, Жиры-7, Угл-9
Итого за Завтрак		: кКал-421, Белки-16, Жиры-34, Угл-54
<u>Завтрак 2</u>		
100	Бананы	кКал-45, Белки-2, Жиры-3, Угл-17
<u>Обед</u>		
220	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	кКал-88, Белки-2, Жиры-6, Угл-7
70	Котлета мясная рубленая	кКал-177, Белки-15, Жиры-13, Угл-12
120	Каша гречневая рассыпчатая	кКал-198, Белки-16, Жиры-2, Угл-28
30	Салат из кукурузы	кКал-56, Угл-14
30	Хлеб Бординский	кКал-220, белки-8, жиры-2, угл-43
40	Хлеб пшеничный	кКал-323, Белки-18, Жиры-8, Угл-79
180	Компот из смеси сухофруктов	кКал-56, Угл-14
30	Соус молочный	Ккал-143, Белки-3, Жиры-11, Угл-8
Итого за Обед:		кКал-1007, Белки-70, Жиры-44, Угл-205
<u>Полдник</u>		
40	Вафли	кКал-96, Белки-2, Жиры-3, Угл-16
180	Напиток из плодов шиповника	кКал-37, Угл-9
Итого за Полдник		: кКал-133, Белки-2, Жиры-3, Угл-25
<u>Ужин</u>		
180	Суп с макаронными изделиями	кКал-132, Белки-6, Жиры-2, Угл-22
180	Чай с сахаром	кКал-43, Угл-11
30	Хлеб пшеничный	кКал-323, Белки-14, Жиры-6, Угл-63
Итого за Ужин		кКал-498, Белки-20, Жиры-8, Угл-99
Итого за день		:кКал-2104, Белки-110, Жиры-92, Угл-400

Умвертогай  
 Заведующая  
 МБДОУ № 275 д/с  
 Миша  
 [Подпись]  
 [Подпись]