Утверждаю Заведующий _____ Кулик .Л.В
МБДОУ Детский сад "Дельфин"

14.10.2026

	Наименование блюда	Выход порции,гр	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак	Каша "дружба" на молоке	150	3,96	3,88	24,41	148,5
	Батон с маслом	40/5	2,81	3,97	16,96	114,66
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	11,32	45,5
Итого		**395**				
2-ой завтрак	Сок фруктовый	100	0,75	0	15,15	64
	Пюре фруктовое	125			13	52
Итого		**225**				
Обед	Суп гречневый	180	1,98	1,38	13,98	97,3
	Суфле куриное	70	15,12	6,03	6,32	138,5
	Картофельное пюре	130	2,64	4,53	15,63	122,8
	Соус сметанный	20	0,31	1,88	0,68	15,8
	Салат из зеленого горошка	60	1,78	3,1	3,74	50,16
	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	22,8	97
	Хлеб пшеничный	20	1,65	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	20	1,65	0,3	8,35	43,5
Итого		**700**				
Полдник	Чай без сахара	200	0,39	0,099	0,079	2,82
	Печенье	40				144
Итого		**240**				
Ужин	Суп молочный вермишелевый	150	5,01	5,5	16,39	134,25
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,73	112,8
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
Итого		**455**				
Итого за 1 день		**2015**	**42,36**	**31,489**	**226,059**	**1524,59**