Утверждаю Заведующий _____ Кулик Л.В

МБДОУ Детский сад "Дельфин"

06.11.2026

	Наименование блюда	Выход порции,гр	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак	Каша манная молочная	150	2,31	3,68	15,52	104,1
	Батон с маслом и сыром	40/15	6,29	8,4	16,96	168,6
	Чай с лимоном	200	0,09	0,01	14,3	55,6
Итого		**405**				
2-ой завтрак	Сок фруктовый	100	0,75	0	15,15	64
Итого		**100**				
Обед	Суп вермишелевый	180	4,35	5,74	7,86	82,2
	Суфле куриное	70	10,15	13	2,14	166
	Перловка рассыпчатая	130	3,6	4,65	29,2	167
	Соус сметанный	20	0,31	1,88	0,68	15,8
	Компот из свежих ягод	200	0,155	0,155	24	98,4
	Хлеб пшеничный	20	1,65	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	20	1,65	0,3	8,35	43,5
Итого		**640**				
Полдник	Чай без сахара	200	0,39	0,099	0,079	2,82
	Коржик молочный	75				340
		275				
Итого						
Ужин	Картофельное пюре	130	2,64	4,53	15,63	122,8
	Салат из капусты с зеленым горошком	60	0,99	4,27	2,95	54,6
	Компот из свежих ягод	200	0,44	0,02	27,73	112,8
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
		430				
Итого за 1 день		**1850**	**38,805**	**47,214**	**210,069**	**1739,22**