



Утверждаю

Заведующий МКДОУ: д/с №6

Пикалова Т.И.

26.04.2024 г.

**ДЕНЬ 1 (10,5 ч.)**

Блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
<b>ЗАВТРАК</b>					
1.Каша гречневая с маслом и сахаром	200	5,42	5,9	26,63	184,1
2.Бутерброд с маслом сливочным	10/50	3,65	9,13	24,73	197
3. Чай с сахаром	200	0,1		15,2	61
<b>ЗАВТРАК 2</b>					
Сок	100			14,5	59
<b>ИТОГО:</b>		12,84	17,89	79,69	514,38
<b>ОБЕД</b>					
1Суп геркулесовый с куриной грудкой	250	6,2	9,49	21,56	202,4
2.Котлета куриная	60	17,9	12,62	5,63	208,2
3.Картофельное пюре	100	5,42	5,9	26,63	184,1
4.Компот из сухофруктов	200	0,16	0,16	15,89	64,18
5.Хлеб ржаной	50	0,04	0	18,26	73,78
<b>ИТОГО:</b>		35,31	34,37	100	858,1
<b>ПОЛДНИК</b>					
1.Печенье	60	5,81	7,27	53,18	300,15
2.кофейный напиток	180	5,04	5,76	8,46	104,4
<b>ИТОГО:</b>		10,85	13,03	61,64	404,55
<b>ВСЕГО:</b>		59,88	64,46	260,07	1860,43