

Неделя: первая, день СРЕДА 26.03.2025

№	Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход порции	Пищевые вещества, (г)				ЭЦ (ккал)	Минеральные вещества, мг			Витамины, мг		
			Б	Ж	У			Ca	Fe		B1	B2	C
	ЗАВТРАК	грамм											
141	Каша гречневая молочная	200	4.7	19.5	53.1		408	21.92	0.96		0.08	0.06	1.76
395	Кофейный напиток с молоком	180	2.808	2.916	15.93		98	115.29	0.576		0.018	0.126	0.594
	Хлеб пшеничный с маслом крестьянским	30\7	2.45	7.55	14.62		136	9.3	0.62		0.05	0.03	0
	Итого:		9.958	29.966	83.65		642	146.51	2.156		0.148	0.216	2.354
	2-й ЗАВТРАК												
	Фрукты свежие 1 шт	100	0.75		15.15		64	10.5	2.1		0.02	0.02	3
	ОБЕД												
86	Суп картофельный с пшеничной крупой	200	2.09	3.36	12.14		87	23.47	0.82		1.37	0.08	5.75
137	Рагу из мяса кур (филе грудки)	80\120	2.34	3.69	13.49		97	34.2	0.94		0.07	0.6	10.61
382	Компот из сухофруктов	180	0.39	0.018	0.612		101.7	28.63	1.123		0.002	0.005	0.36
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.07		69	6.9	0.57		0.048	0	0
	Хлеб отрубной	30	1.98	0.36	10.59		54	8.4	1.08		0.069	0	0
	Итого:		9.83	7.698	66.052		472.7	112.1	6.633		1.579	0.705	19.72
	ПОЛДНИК												
449	Сдоба обыкновенная	100	9.05	2.39	42.55		330	101.4	1.68		0.18	0.16	0.47
400	Чай с молоком	180	3.67	3.19	0.49		107	137	0.43		0.05	0.17	1.43
	Итого:	280	12.72	5.58	21.8		437	238.4	2.11		0.23	0.33	1.9
	Всего		32.508	35.546	171.502		1551.7	497.01	10.899		1.957	1.251	23.974

КОПИЯ ВЕРНА



МДОУ «Детский сад»
с/г.п.г. Саратова
Заведующий Т.В. Рудякова