Неделя: первая, день ВТОРНИК 25.03.2025 г

№	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход порции грамм	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)	Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
	ЗАВТРАК		Б	Ж	У		Ca	Fe	B1	B2	C
185	Каша манная молочная с маслом	200/5	5.31	5.09	27.51	93.65	0.39	0.06	0.11	0.42	0
395	Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	14.36	91	113.2	0.12	0.04	0.14	1.17
	Хлеб пшеничный с маслом крестьянским	30\7	6.5	8.7	14.2	161	158.1	0.74	0.06	0	0.24
	Итого:		14.66	16.2	56.07	345.65	271.69	0.92	0.21	0.56	1.41
	2- й ЗАВТРАК										
	сок фруктовый 1шт	200	12		20.2	84.8	14	0.6	0.02		4
	ОБЕД										
67	Суп картофельный с горохом	200	4.3	4	15.85	118	28.39	1.48	0.14	0.05	4.52
261	Вермишель отварная	150	44	23.66	33.46	428	23.54	2.04	0	0	3.85
	Котлеты из мяса говядины	80	0.32	0	1.64	8	6.89	0.086	0	0	3
372	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:		63.29	27.948	85.832	809.5	108.35	5.899	0.21	0.055	15.73
	ПОЛДНИК										
212	Творожная запеканка	100	8.59	7.52	20.13	183	64.45	0.83	0.06	0.11	0.08
354	Чай с сахаром	180	3.67	3.19	0.49	107	137	0.43	0.05	0.17	1.43
	Итого:		12.26	10.71	20.62	290	201.45	1.26	0.11	0.28	1.43
	Всего		90.21	54.858	162.522	1445.15	581.49	8.079	0.53	0.895	18.57

МДОУ «Детский сад № 18 «РОСИНКА»

КОПИЯ ВЕРНА

МДОУ „Детский сад № 18 „Росинка" Г.В. Рудакова