МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 3 "ОДУВАНЧИК"

Подписан: МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 3 " ОДУВАНЧИК"
DN: STREET="УЛИЦА ЛЕНИНА, 51", S=Республика Адыгея (Адыгея), L=ГОРОД МАЙКОП, C=RU, G=Елена Евгеньевна, SN=Сихаджок, CN="МБДОУ ""ДЕТСКИЙ САД № 3 ""ОДУВАНЧИК""", T=ЗАВЕДУЮЩАЯ, O="МБДОУ ""ДЕТСКИЙ САД № 3 ""ОДУВАНЧИК""", E=avitomkucbou@mail.ru, ИНН=010504268229, OID.1.2.643.100.4=0105034864, СНИЛС=06043315920, ОГРН=1020100694877
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2022.07.22 13:03:04+03'00'
Foxit PDF Reader Версия: 11.1.0

Утверждаю:
Заведующая
МБДОУ № 3 «Одуванчик»
_____ Е. Сихаджок

Меню «22» июля 2022года

Завтрак

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Б/Ж/У	Калорийность	B1	B2	C	Ca	Fe
1.	Каша гречн. молочная жид.	180	4,35/6,34/7,2	175,2	0,13	0,13	13	10,8	0,88
2.	Кофейный напиток с мол.	180	4,95/4,,27/19,9	139,14	0,04	0,16	1,30	126	0,1
3.	Хлеб пшеничный с маслом	45/6	2,42/4,6/14,57	109,32	6	0,015	3	16,72	0,41

Второй завтрак

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Б/Ж/У	Калорийность	B1	B2	C	Ca	Fe
1.	Сок фруктовый	130,43	0\0\18	75	0,01	0,01	2	7	1,4

Обед

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Б/Ж/У	Калорийность	B1	B2	C	Ca	Fe
1.	Суп полевой	200	3,85/7,07/11,81	126,77	0,04	0,03	8	21	0,6
2.	Гуляш из отв.мяса	100	11,66/8,66/11,78	149,27	0,07	0,12	0,11	27,3	1,9
3.	Икра из отв.свеклы	90	2/6,65/13,33	122,12	0,02	0,2	6,3	35,2	1,4
4.	Хлеб пшеничный	45	2,37/0,3/14,49	70,5	0,03	0,009	0,5	16	0,39
5.	Хлеб ржаной	65.2	2,97/0,54/15	78,30	0,081	0,036	0	15,8	1,76
6.	Компот из свежих яблок	180	0,15/0,15/18,54	77,01	0,08	0,34	1,4	240	0,2

Полдник

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Б/Ж/У	Калорийность	B1	B2	C	Ca	Fe
1.	Печенье	45	2/2,72/20,96	110,1	0,03	0,02	0	11,6	0,8
2.	Котлеты, биточки рыбные	80	13,14/3,08/6,83	107,47	0,05	0,08	0,3	28	0,4
3.	Свежий огурец	60	1,62/0,13,36	20,67	0,02	0,02	6	13,8	0,4
4.	Хлеб пшен.	33,48							
5.	Чай с сахаром	180	0/0/7,209	29,745	0	0	0	1,25	0,1
ИТОГО калорийность за день:		**1551**	**53,06/44,69/192,639**	**1437,615**	**0,751**	**1,176**	**30,21**	**574,47**	**10,94**