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: 2022.09.26 12:33:15+03'00'
Foxit PDF Reader Версия: 11.1.0

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

Меню «26» сентября 2022года

Завтр

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Б/Ж/У	Калорийность	B1	B2	C	Ca	Fe
1.	Суп молочный с вермишелью	180	6,62/5,86/34,03	196,16	0,8	0,18	0,9	150	0,3
2.	Яйцо отварное	40	5,1/4,6/0,3	63	0,03	0,18	0	22	0,8
3.	Хлеб пшеничный с маслом	35/6	2,42/4,6/14,57	109,32	0,06	0,015	3	16,72	0,41
4.	Чай с сахаром	180	0/0/7,209	29,745	0	0	0	1,25	0,1

Второй завтрак

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Б/Ж/У	Калорийность	B1	B2	C	Ca	Fe
1.	Сок фруктовый	155,55	0/0/18	75	0,10	0,10	2	7	1,4

Обед

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Б/Ж/У	Калорийность	B1	B2	C	Ca	Fe
1.	Борщ со свежей капустой	200	3,85/0,07/11,810	123	0,04	0,03	8	21	0,6
2.	Плов из отв.птицы	160	14,4/19,09/30,2	350,38	0,02	0,06	1	26,4	1
3.	Хлеб пшеничный	35,55	2,37/0,3/14,49	70,5	0,03	0,009	0,5	16	0,39
4.	Хлеб ржаной	55,55	2,97/0,54/15	78,3	0,081	0,036	0	15,8	1,76
5.	Компот из сухофруктов	180	0,639/0,135/13,810	56,88	0,06,	0,01	2	28	1

Полдник

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Б/Ж/У	Калорийность	B1	B2	C	Ca	Fe
1.	Булочка	85	6,96/3,69/52,65	242,9	0,05	0,05	0,1	12	0,8
2.	Какао с молоком	180	4,82/4,068/19,21	133,767	0,04	0,16	2,2	124	0,8
3.	Фрукты свежие	90	0,5/0,5/9,8	47	0,03	0,02	13	20,8	2,9
ИТОГО калорийность за день:		**1556**	**48/109/46.913/240,069**	**1576,152**	**1,271**	**0,78**	**32,12**	**473,84**	**18,66**