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: 2022.10.03 14:30:21+03'00'
Foxit PDF Reader Версия: 11.1.0

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

Меню «03» октября 2022года

Завтрак

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Б/Ж/У	Калорийность	В1	В2	С	Са	Fe
1.	Каша манная жидкая	180	6,4/7,21/22,2	186,7	0,1	0,16	1,4	165	0,4
2.	Хлеб пшеничный с маслом	35,4/6	2,42/4,6/14,57	101,49	0,06	0,015	3	16,72	0,41
3.	Какао с молоком	180	4,95/4,27/19,9	33,05	0,04	0,16	1,3	126	0,1

Второй завтрак

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Б/Ж/У	Калорийность	В1	В2	С	Са	Fe
1.	Сок фруктовый	142,85	0/0/18	88	0,01	0,01	2	7	1,4

Обед

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Б/Ж/У	Калорийность	В1	В2	С	Са	Fe
1.	Суп полевой	200	3,85/7,07/11,81	88,97	0,04	0,03	8	21	0,6
2.	Котлеты из курицы	65	13,92/14,59/7,14	350,38	0,7	0,11	1,45	26	0,8
3.	Каша гречневая	130	5,539/4,718/24,858	163,73	0,08	0,09	0	12,3	0,9
4.	Зеленый горошек	180	1,62/0,11/3,36		0,02	0,02	6	13,8	0,4
5.	Хлеб пшеничный	35	2,37/0,3/14,49	70,5	0,03	0,009	0,5	16	0,39
6.	Хлеб ржаной	59,52	2,97/0,54/15	100,5	0,081	0,036	0	15,8	1,76
7.	Компот из с/фруктов	180	0,639/0,135/13,810	82,19	0,06	0,01	2	28	1

Полдник

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Б/Ж/У	Калорийность	В1	В2	С	Са	Fe
4.	Булочка	85	6,96/3,69/52,65	207,9	0,05	0,05	0,1	12	0,8
5.	Чай с сахаром	180	0/0/7,209	129,68	0	0	0	1,25	0,1
6.	Фрукты свежие	90	0,5/0,5/9,8	61,1	0,03	0,02	13	20,8	2,9
ИТОГО калорийность за день:		**1611**	**52,138/47,733/234,797**	**1547,085**	**1,301**	**0,72**	**38,750**	**481,670**	**11,96**