


"Утверждаю"  Заведующий МБДОУ №224 Шубина А.Н.		День: среда (Неделя: вторая)			
		26.02.2022 г			
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)		Энергетическая ценность (ккал)		
ЗАВТРАК	1,5-3 г	3-7 л	1,5-3 г	3-7 л	
Пудинг запеченный со сметаной	155\10	170\15	225,70	255,89	
Кофейный напиток с молоком	150	180	89,00	118,69	
хлеб пшеничный	30	30	91,30	91,30	
масло сливочное	5	5	47,00	47,00	
ИТОГО:	350	400	453	512,88	
2 ой завтрак Сок	100	100	47,00	47,00	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)		Энергетическая ценность (ккал)		
ОБЕД	1,5-3 г	3-7 л	1,5-3 г	3-7 л	
Суп картофельный с клецками	150	180	89,34	99,27	
Котлета из говядины	50	70	134,66	176,80	
Капуста тушеная	80	120	86,68	125,20	
Компот из яблок	150	180	59,80	82,80	
Хлеб ржаной	20	50	36,20	85,00	
ИТОГО:	450	600	406,68	569,07	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)		Энергетическая ценность (ккал)		
Полдник	1,5-3 г	3-7 л	1,5-3 г	3-7 л	
Молоко	150	200	84,39	112,52	
Вафли	10	10	81,30	81,30	
Яйцо отварное	40	40	62,80	62,80	
ИТОГО:	200	250	228,49	256,62	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)		Энергетическая ценность (ккал)		
УЖИН	1,5-3 г	3-7 л	1,5-3 г	3-7 л	
Суп молочный с гречневой крупой	190	220	111,40	148,54	
Чай с сахаром	180	200	42,00	50,40	
Хлеб пшеничный	30	30	70,00	70,00	
ИТОГО:	400	450	223,4	268,94	
ИТОГО за целый день:	1500	1800	1359	1655	