Согласовано:
совет по питанию
Протокол № 7 от 29.09.2023г.

Жукова Наталья Григорьевна

Подписан: Жукова Наталья Григорьевна
DN: C=RU, S=Краснодарский край, T=Заведующий, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 32 МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ТИМАШЕВСКИЙ РАЙОН, СНИЛС=03089629771, ИНН=235307544100, E=medvdetsad32@yandex.ru, G=Наталья Григорьевна, SN=Жукова, CN=Жукова Наталья Григорьевна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2024-02-28 12:40:36
Foxit Reader Версия: 9.7.0

Утверждено :
приказом МБДОУ д/с № 32
от 02.10.2023г. № 322

.

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ НА ОСЕННЕ -ЗИМНИЙ ПЕРИОД В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ С 10,5 ЧАСОВЫМ ПРИБЫВАНИЕМ ПРЕБЫВАНИЕМ В МБДОУ № 32.

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энергетическая		№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг		
Завтрак								
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,76	4,44	23,97	151,0	0,0	209	2008
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	1,14	5,34	4,62	71,40	4,2	500	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,18	0,01	7,27	31,59	1,6	431	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/7	2,44	6,08	14,79	123,7	0,0	1	2012
Итого за прием пищи:	**387**	**7,52**	**15,87**	**50,65**	**377,7**	5,8		
II Завтрак								
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,	502	2008
Итого за прием пищи:	**100**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47,00**	10,		
Обед								
СУП ФАСОЛЕВЫЙ	180	5,56	9,85	10,84	154,6	5,2	102	2008
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	10,42	5,24	1,75	110,2	8,2	256	2008
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	155	2,69	5,00	8,46	91,50	22,	131	2008
НАПИТОК ГРУШЕВЫЙ ИЗ ДИЧКИ	187	0,94	0,19	18,50	80,41	3,7	442	2008
ХЛЕБ "РИЖСКИЙ НОВЫЙ"	37	2,45	0,33	15,68	75,47	0,0	504	2008
ХЛЕБ "КОЛОС"	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,0	505	2008
Итого за прием пищи:	**659**	**24,35**	**20,80**	**70,28**	**583,3**	40,		
Полдник								
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,71	4,82	18,56	137,2	0,6	417	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,48	2,91	12,88	92,43	0,6	432	2008
Итого за прием пищи:	**360**	**8,19**	**7,73**	**31,44**	**229,7**	1,2		
Всего за день:		**40,46**	**44,80**	**162,1**	**1 237,**	57,		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энергетическая ценно		№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы г		С, мг		
Завтрак								
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,57	5,11	16,38	130,52	0,6	413	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,48	2,91	12,88	92,43	0,6	432	2008
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/7	3,77	4,42	14,01	0,00	0,0	3	2012
Итого за прием пищи:	**397**	**11,82**	**12,44**	**43,27**	**222,95**	1,2		
II Завтрак								
КЕФИР	120	3,48	3,00	4,80	63,60	0,8	435	2008
ПЕЧЕНЬЕ(ЗЕФИР,МАРМЕЛАД)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,0	506	2008
Итого за прием пищи:	**150**	**5,73**	**5,94**	**27,12**	**188,70**	0,8		
Обед								
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	5,65	8,15	11,22	145,47	10,	76	2008
КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	10,82	10,72	4,44	157,28	0,3	272	2008
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	14,33	5,78	29,52	227,76	0,1	125	2008
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,48	0,06	1,02	7,80	3,0	507	2008
ХЛЕБ "РИЖСКИЙ НОВЫЙ"	37	2,45	0,33	15,68	75,47	0,0	504	2008
ХЛЕБ "КОЛОС"	24	1,83	0,15	12,04	56,84	0,0	505	2008
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,20	0,20	10,66	46,47	2,0	396	2008
Итого за прием пищи:	**681**	**35,76**	**25,39**	**84,58**	**717,09**	16,		
Полдник								
ВАТРУШКА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	147/	14,27	12,09	48,08	359,79	0,3	219	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,61	3,06	12,46	92,75	0,6	397	2008
Итого за прием пищи:	**357**	**17,88**	**15,15**	**60,54**	**452,54**	0,9		
Всего за день:		**71,19**	**58,92**	**215,5**	**1 581,**	19,		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энергети-ческая ценно		№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы г		С, мг		
Завтрак								
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,75	3,15	13,03	96,39	0,7	394	2008
КАША МАННАЯ	180	4,98	4,67	21,40	147,78	0,6	416	2012
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/7	2,44	6,08	14,79	123,76	0,0	1	2012
Итого за прием пищи:	**397**	**11,17**	**13,90**	**49,22**	**367,93**	1,3		
II Завтрак								
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,	502	2008
Итого за прием пищи:	**100**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47,00**	10,		
Обед								
СУП С КЛЕЦКАМИ	180	8,59	11,49	26,84	245,31	4,7	85	2012
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	12,59	12,44	13,68	217,16	6,7	276	2012
ТОМАТ СОЛЕНЫЙ	60	0,66	0,00	1,44	8,40	6,0	508	2008
ХЛЕБ "РИЖСКИЙ НОВЫЙ"	37	2,45	0,33	15,68	75,47	0,0	504	2008
СОК ФРУКТОВЫЙ	187	0,00	0,00	18,70	74,80	0,0	399	2012
Итого за прием пищи:	**644**	**24,29**	**24,26**	**76,34**	**621,14**	17,		
Полдник								
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД ОМЛЕТОМ	150	13,02	10,60	4,85	166,92	0,3	236	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,61	3,06	12,46	92,75	0,6	397	2012
ХЛЕБ "КОЛОС"	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,0	505	2008
Итого за прием пищи:	**360**	**18,92**	**13,85**	**32,36**	**330,72**	1,0		
Всего за день:		**54,78**	**52,41**	**167,7**	**1 366,**	29,		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энергетическая		№ рецепт-уры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг		
Завтрак								
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	180	5,15	4,93	21,26	150,8	0,6	417	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,48	2,91	12,88	92,43	0,6	432	2008
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/7	3,77	4,42	14,01	0,00	0,0	3	2012
Итого за прием пищи:	**397**	**12,40**	**12,26**	**48,15**	**243,2**	1,2		
II Завтрак								
КЕФИР	120	3,48	3,00	4,80	63,60	0,8	435	2008
МАРМЕЛАД (ЗЕФИР,ПЕЧЕНЬЕ)	30	0,45	2,76	19,26	104,7	0,0	509	2008
Итого за прием пищи:	**150**	**3,93**	**5,76**	**24,06**	**168,3**	0,8		
Обед								
СУП РЫБНЫЙ УХА	180	8,27	3,76	13,14	119,7	6,5	92	2008
ПЛОВ С МЯСОМ	200	14,02	13,57	33,51	312,2	0,5	265	2008
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,48	0,06	1,02	7,80	3,0	507	2008
ХЛЕБ "РИЖСКИЙ НОВЫЙ"	37	2,45	0,33	15,68	75,47	0,0	504	2008
ХЛЕБ "КОЛОС"	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,0	505	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	5,81	23,22	0,0	402	2008
Итого за прием пищи:	**687**	**27,51**	**17,91**	**84,21**	**609,5**	10,		
Полдник								
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАНОЙ	150/	20,75	13,73	24,97	314,2	0,1	510	2012
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,61	3,06	12,46	92,75	0,6	397	2008
Итого за прием пищи:	**340**	**24,36**	**16,79**	**37,43**	**407,0**	0,8		
Всего за день:		**68,20**	**52,72**	**193,8**	**1 428,**	13,		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энергетическая ценно		№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы г		С, мг		
Завтрак								
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНАМИ	180	5,31	4,74	22,75	155,7	0,6	112	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,48	2,91	12,88	92,43	0,6	432	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/7	2,44	6,08	14,79	123,7	0,0	1	2012
Итого за прием пищи:	**397**	**11,23**	**13,73**	**50,42**	**371,9**	1,2		
II Завтрак								
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,	502	2008
Итого за прием пищи:	**100**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47,00**	10,		
Обед								
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	2,27	5,24	11,22	105,8	10,	76	2008
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	80	12,76	14,12	0,38	179,9	0,7	307	2008
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,65	5,79	16,86	130,5	8,0	125	2008
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,05	1,03	1,93	22,83	17,	40	2008
СОК ФРУКТОВЫЙ	187	0,00	0,00	18,70	74,80	0,0	399	2012
ХЛЕБ "РИЖСКИЙ НОВЫЙ"	37	2,45	0,33	15,68	75,47	0,0	504	2008
ХЛЕБ "КОЛОС"	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,0	505	2008
Итого за прием пищи:	**704**	**23,47**	**26,70**	**79,82**	**660,5**	36,		
Полдник								
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	130	9,72	9,37	45,36	304,8	0,2	471	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,98	28,29	0,0	430	2008
Итого за прием пищи:	**310**	**9,82**	**9,37**	**52,34**	**333,0**	0,2		
Всего за день:		**44,92**	**50,20**	**192,3**	**1 412,**	48,		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энергетическая ценно		№ рецеп-тур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы г		С, мг		
Завтрак								
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	7,83	10,14	2,63	133,35	0,2	214	2008
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	60	1,71	3,02	3,59	48,28	2,2	19	2012
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,18	0,01	7,27	31,59	1,6	431	2008
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/7	3,77	4,42	14,01	111,44	0,0	3	2012
Итого за прием пищи:	**407**	**13,49**	**17,59**	**27,50**	**324,66**	4,1		
II Завтрак								
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,	502	2008
Итого за прием пищи:	**100**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47,00**	10,		
Обед								
РАССОЛЬНИК	180	6,11	7,22	22,97	182,33	6,7	89	2008
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	16,31	8,70	11,39	204,78	10,	256	2008
ТОМАТ СОЛЕНЫЙ	60	0,66	0,00	1,44	8,40	6,0	508	2008
НАПИТОК ГРУШЕВЫЙ ИЗ ДИЧКИ 3л	187	0,94	0,19	18,50	80,41	3,7	442	2008
ХЛЕБ "РИЖСКИЙ НОВЫЙ"	37	2,45	0,33	15,68	75,47	0,0	504	2008
Итого за прием пищи:	**614**	**26,47**	**16,44**	**69,98**	**551,39**	27,		
Полдник								
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ И	155	8,07	3,35	10,18	103,67	4,2	250	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,98	28,29	0,0	430	2008
ХЛЕБ "КОЛОС"	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,0	505	2008
Итого за прием пищи:	**365**	**10,46**	**3,54**	**32,21**	**203,01**	4,2		
Всего за день:		**50,82**	**37,97**	**139,4**	**1 126,**	45,		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энергети-ческая ценно	С, мг	№ реце п-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы г				
Завтрак								
КАША МАННАЯ	180	4,98	4,67	21,40	147,78	0,6	416	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,48	2,91	12,88	92,43	0,6	432	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/7	2,44	6,08	14,79	123,76	0,0	1	2012
Итого за прием пищи:	**397**	**10,90**	**13,66**	**49,07**	**363,97**	1,2		
II Завтрак								
КЕФИР	120	3,48	3,00	4,80	63,60	0,8	435	2008
ЗЕФИР (ПЕЧЕНЬЕ, МАРМЕЛАД)	30	0,24	0,03	23,94	97,80	0,0	511	2008
Итого за прием пищи:	**150**	**3,72**	**3,03**	**28,74**	**161,40**	0,8		
Обед								
СВЕКОЛЬНИК	180	8,51	11,24	11,23	184,95	5,5	75	2008
ТЕФТЕЛИ	70	9,96	10,99	5,65	161,21	2,0	284	2008
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,65	4,99	16,86	123,32	8,0	125	2008
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,48	0,06	1,02	7,80	3,0	507	2008
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,20	0,20	10,66	46,47	2,0	396	2008
ХЛЕБ "РИЖСКИЙ НОВЫЙ"	37	2,45	0,33	15,68	75,47	0,0	504	2008
ХЛЕБ "КОЛОС"	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,0	505	2008
Итого за прием пищи:	**687**	**26,54**	**28,00**	**76,15**	**670,27**	20,		
Полдник								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	182/1	18,93	14,19	22,60	301,53	0,0	224	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,61	3,06	12,46	92,75	0,6	397	2008
Итого за прием пищи:	**372**	**22,54**	**17,25**	**35,06**	**394,28**	0,6		
Всего за день:		**63,70**	**61,94**	**189,0**	**1 589,**	23,		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энергетическая ценно		№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы г		С, мг		
Завтрак								
КАША "ДРУЖБА"	180	5,27	5,07	23,39	161,1	0,6	190	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,48	2,91	12,88	92,43	0,6	432	2008
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/7	3,77	4,42	14,01	111,4	0,0	3	2012
Итого за прием пищи:	**397**	**12,52**	**12,40**	**50,28**	**365,0**	1,3		
II Завтрак								
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,	502	2008
Итого за прием пищи:	**100**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47,00**	10,		
Обед								
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	5,65	8,15	11,22	145,4	10,	76	2008
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	10,42	5,24	1,75	110,2	8,2	256	2008
КАША ПШЕНИЧНАЯ	130	5,45	6,21	32,00	205,6	0,0	184	2008
ТОМАТ СОЛЕНЫЙ	60	0,66	0,00	1,44	8,40	6,0	508	2008
СОК ФРУКТОВЫЙ	187	0,00	0,00	18,70	74,80	0,0	399	2012
ХЛЕБ "РИЖСКИЙ НОВЫЙ"	37	2,45	0,33	15,68	75,47	0,0	504	2008
ХЛЕБ "КОЛОС"	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,0	505	2008
Итого за прием пищи:	**694**	**26,92**	**20,12**	**95,84**	**691,0**	24,		
Полдник								
БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	120/	7,51	8,87	58,33	343,2	0,2	467	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180/	0,10	0,00	6,98	28,29	0,0	430	2008
Итого за прием пищи:	**340**	**7,61**	**8,87**	**65,31**	**371,4**	0,2		
Всего за день:		**47,45**	**41,79**	**221,2**	**1 474,**	36,		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энергети-ческая ценно	С, мг	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы г				
Завтрак								
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	180	5,15	4,71	20,88	147,27	0,6	189	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,59	1,35	9,27	55,99	0,2	397	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/7	2,44	6,08	14,79	123,76	0,0	1	2012
Итого за прием пищи:	**397**	**9,18**	**12,14**	**44,94**	**327,02**	0,8		
II Завтрак								
ПЕЧЕНЬЕ(ЗЕФИР,МАРМЕЛАД)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,0	506	2008
КЕФИР	120	3,48	3,00	4,80	63,60	0,8	435	2008
Итого за прием пищи:	**150**	**5,73**	**5,94**	**27,12**	**188,70**	0,8		
Обед								
СУП РЫБНЫЙ УХА	180	8,27	3,76	13,14	119,73	6,5	92	2008
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	6,07	5,59	27,46	184,16	0,0	181	2008
ГУЛЯШ	70	11,24	12,24	1,95	163,01	0,9	259	2008
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,05	1,03	1,93	22,83	17,	40	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	5,81	23,22	0,0	402	2008
ХЛЕБ "РИЖСКИЙ НОВЫЙ"	37	2,45	0,33	15,68	75,47	0,0	504	2008
ХЛЕБ "КОЛОС"	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,0	505	2008
Итого за прием пищи:	**687**	**31,37**	**23,14**	**81,02**	**659,47**	24,		
Полдник								
МОРКОВНАЯ-ЯБЛОЧНАЯ ЗАПЕКАНКА С	186/1	17,77	13,03	13,71	251,65	1,3	258	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,75	3,15	13,03	96,39	0,7	394	2008
Итого за прием пищи:	**376**	**21,52**	**16,18**	**26,74**	**348,04**	2,0		
Всего за день:		**67,80**	**57,40**	**179,8**	**1 523,**	28,		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энергетическая		№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг		
Завтрак								
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	5,32	5,02	19,2	144,0	0,6	184	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,98	28,29	0,0	430	2008
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/7	3,77	4,42	14,0	111,1	0,0	3	2012
Итого за прием пищи:	**397**	**9,19**	**9,44**	**40,2**	**283,4**	0,6		
II Завтрак								
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,	502	2008
Итого за прием пищи:	**100**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47,00**	10,		
Обед								
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	2,27	5,24	11,2	105,8	10,	76	2008
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	80	12,7	14,0	0,38	179,3	0,7	307	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,76	4,44	23,9	151,0	0,0	209	2008
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,0	507	2008
СОК ФРУКТОВЫЙ	187	0,00	0,00	18,7	74,80	0,0	399	2012
ХЛЕБ "РИЖСКИЙ НОВЫЙ"	37	2,45	0,33	15,6	75,47	0,0	504	2008
Итого за прием пищи:	**634**	**21,5**	**24,1**	**70,6**	**591,6**	13,		
Полдник								
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,44	4,37	19,9	128,9	10,	123	2008
СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	70	10,8	12,4	0,62	158,4	0,7	60	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,18	0,01	7,27	31,59	1,6	431	2008
ХЛЕБ "КОЛОС"	30	2,29	0,19	15,0	71,05	0,0	505	2008
Итого за прием пищи:	**410**	**15,7**	**17,0**	**42,8**	**390,0**	12,		
Всего за день:		**46,8**	**51,0**	**163,**	**1 312,**	36,		

МБДОУ д/с № 32

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые			Энергетическая	
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг
Итого за весь	556,	509,	1 82	14 0	33
Среднее значение	55,6	50,9	182,	1 40	33
Содержание белков, жиров,	15.8	32.6	51.6		

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст	Завтра	II	Обед	Полдн
Сад 10,5 часов	397	120	669	359