

Заведующий ДОУ Медведицкий муниципальный детский сад №1 «Радуга»

Утверждаю:
Токарева С.В.

Дошкольное образовательное учреждение Медведицкий муниципальный детский сад №1 «Радуга» Жирновского района Волгоградской области дети от 1 до 3 лет и от 3 до 7 лет

Понедельник **20.07.2020**

	1 Завтрак	выход	белки	жиры	углеводы	ккал.
93	Суп молочный с Макаронными изделиями	150/200	4,79/5,75	4,34/5,21	15,70/ 18,84	121/145
1	Батон с маслом	30/5,30/6	2,45	7,55	14,62	136
397	Какао с молоком	150/180	3,153,67	2,72/3,19	12,96/15,82	89/107
	2 завтрак					
399	Сок ягодно - фруктовый	90/100	0,5	0	10,1/12,7	43/53
	Итого завтрак	430/520	10,89/12,37	14,61/15,95	53,38/61,98	389/441
	Обед					
62	Борщ с мясом	150/200	6,60/7,91	4,85/5,82	9,15/10,98	107,0/128
32	Плов с говядиной	150/170	12,15/13,77	12,23/13,86	25,65/29,07	263/298
20	Овощи варенные порционные	40/50	0,56/0,7	2,03/2,53	3,61/4,5	35/44
376	Компот из с/фр	150/180	0,37/0,44	0,02	23,14/27,77	94/113
	Хлеб ржаной	40/50	2,64/3,3	0,48/0,6	13,36/16,7	69/87
	Хлеб пшеничный	30/40	2,37/3,16	0,3/0,4	14,4/19,32	71/94
	Итого обед	560/690	24,69/29,28	19,91/23,23	89,31/108,34	639/764
	Полдник					
195	Блины	90/120	4,27/5,26	5,30/6,29	27,21/33,94	174/214
447	со сгущёнкой	15/20	0,81/1,90	0,46/0,62	5,05/6,7	28/37
392	Чай с сахаром	150/180	2,7/2,9	2,9/3,1	15,5/15,7	102/103
	Итого полдник	245/300	7,78\10,06	8,56/10,01	47,76/56,34	304/354
	Итого за день	1235/1500	43,36/51,71	43,18/49,19	190,45/226,66	1332/1559