Утверждаю:

Заведующий ДОУ МДС _____

С.М. Маслакова

ДОУ	ДОУ Линевский МДС №2 "Ромашка"		День	23.11.2026

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	168	Каша молочная ячневая	200	188	4,39	4,2	33,19
		Батон с маслом	30/6	136	2,45	7,55	14,62
	397	Какао с молоком	180	107	3,67	3,19	15,82
2 завтрак	368	Фрукты порционные	100	44			
			520	**475**	**10,91**	**15,34**	**73,43**
Обед	80	Суп картофельный с пшённой крупой	200	73	1,74	2,27	11,43
	261	Тефтеля рыбная в	80	108	5,89	6,27	7,1
	354	томатном соусе	60	92	0,99	8,37	3,11
	166	Каша рассыпчатая перловая	150	185	4,5	4,38	32
		Овощи порционные соленые	50	12	0,36	0,12	2,52
	376	Компот из сухофруктов	180	113	0,44	0,02	27,77
		Хлеб ржаной	50	87	3,3	0,6	16,7
		Хлеб пшеничный	40	94	3,16	0,4	19,32
			810	**764**	**20,38**	**22,43**	**119,95**
Ужин	458	Ватрушка творогом или	80	230	10,48	6,23	33,16
		повидлом		252	5,07	3,39	50,14
	392	Чай с сахаром	180	103	2,9	3,1	15,7
			260	**585**	**18,45**	**12,72**	**99**