Утверждаю:
Заведующий ДОУ _____
Маслакова С.М.

ДОУ Линевский МДС №2 «Ромашка»	**01.12.2026 г.**	День	**5**

Прием пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	168	Каша ячневая молочная	200/150	33,6/27,1	6/9,5	5,2/11,7	33,6/31,5
	391	чай	200/150	134/131,5	2,9/1,9	2,5/1,9	24,8/23,9
		батон	40/40	90,4	3,04	0,36	19,88
		повидло	10/10	37,5	0,05	4,15	0,05
Второй завтрак		яблоко	100/100	64,5	0,75	0,15	14,85
Обед	66	Щи на м.б	200/180	121,68/151,9	5,84/2,5	5,52/10,4	18,47/12,7
	248	Котлета рыбная	80/80	302/122,7	15,6/2,3	11,8/4,3	35,2/18,3
		Макароны с маслом	120/90				
	376	компот	200/150	113/113,5	0,1/0,1	0,1/0,2	27,9/25,5
		хлеб	40/40	135,6	4,56	0,54	29,82
Усиленный полдник	391	Яйцо отварное	60/60	238,4	5,87	6,29	38,31
		Икра кабачковая	40/40				
		чай	200/150	52,58/43,8	422/0,2	4,06/3,5	13,3/12,5
		хлеб	20/20	90,4	3,04	0,36	19,88