Утверждаю:
Заведующий ДОУ _____
Маслакова С.М.

ДОУ Линевский МДС №2 «Ромашка»	03.12.2026 г.		7

Прием пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	168	Каша пшеничная молочная	150/0,200	272,08/273,9	8,51/9,2	9,53/10,1	37,7/38,9
		чай	150/0,200	107/108	1,5/1,9	1,3/1,5	22,4/23,9
		батон	0,040	90,4	3,04	0,36/0,39	19,88/20,1
		повидло	0,010	37,5	0,05	4,15	0,05
		2 завтрак					
		компот	0,100	131	0,36	0,1	31,7
Второй завтрак							
Обед	114	Борщ на м.б	150/200	96,9/10,2	5,99/6,9	5,23/6,1	11,93
		Рыба тушёная с овощами	90/100	302/305	15,6/15,9	11,8/12,2	35,2
		Отварной рис 90/100	90/100	251,64/265,1	4,37	644/7,5	44,03
		компот	154/200	131/134	0,36/0,40	0,1/0,2	31,7/32,9
		хлеб	40	135,6	4,56	0,54	29,82
Усиленный полдник	165	Каша гречневая с маслом и сахаром	150/200	127/129	2,6/3,1	4/5	21,5/22,3
		чай	150/200	107/108	1,5/1,9	1,3/1,2	22,4/23,1