



Утверждаю
Заведующий МКДОУ Детский сад №10
Семендрева Е.В.
"25" марта 2025 года

ДЕНЬ ВТОРОЙ														
Завтрак														
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
181	Каша жидкая молочная из пшениной крупы	200	6.11	10.72	32.38	251	0	1.17	0	0	133.77	20.3	0	0.47
	Хлеб цельнозерновой йодообогатенный	40	2.47	0.87	16.75	85.77	0.04	0	0	0	8	26	5.6	0.36
14	масло сливочное	5	0.08	7.25	0.13	66	0	0	40	0	2.4	3	0	0.02
382	Кофейный напиток с молоком	200	4.08	3.54	17.58	118.6	0	1.59	0	0	152.22	0	21.34	0.48
	Итого:	450	12.74	22.38	66.84	521.37	0.04	2.76	40	0	296.39	49.3	26.94	1.33
Второй завтрак														
389	Сок фруктовый	200	1	0	20.2	84.8	0	4	0	0	14	10	0	2.8
	Итого:	200	1	0	20.2	84.8	0	4	0	0	14	10	0	2.8
обед														
75	икра морковная	60	0.93	4.88	5.53	70	0.03	2.2	0	0	26.52	0	0	0.49
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	6.13	6.86	13.71	141.14	0	6.85	0	0	33.38	0	21.96	0.88
268	Биточки из мяса говядины	80	13.21	19.36	11.46	275.2	0	0.28	0	0	34.52	0	44.63	2.24
228	Соус красный основной	50	0.69	1.95	3.09	31	0	0	0	0	0	0	0	0.1
302	каша пшеничная рассыпчатая	150	4.83	5.84	33.5	215.84	0.126	0	0	0	9.93	39.17	12.52	0.64
	хлеб пшеничный	40	2.47	0.87	16.75	85.77	0.04	0	0	0	8	26	5.6	0.36
349	компот из сухофруктов (С-витаминизация)	200	0.66	0.09	32.01	132.8	0	0.73	0	0	32.48	0	17.46	0.7
	Итого:	820	28.92	39.85	116.05	951.75	0.196	10.06	0	0	144.83	65.17	102.17	10.11
Полдник														
431.432	ОЛАДЫ с повидлом	80/20	3.44	5.73	19.04	1.8	0.17	0.24	0	0	67.52	94.8	25.6	1.47
376	Ряженка	200	0.2	0	14	28	0	0	0	0	6	0	0	0.4
	Итого:	280	3.64	5.73	33.04	29.8	0.17	0.24	0	0	73.52	94.8	25.6	1.87
	Итого за весь день	1750	46.3	67.96	236.13	1587.72	0.406	17.06	40	0	528.74	219.27	154.71	16.11