



Утверждаю:  
заведующий МАДОУ № 33  
Захарова О.Ю

День: Четверг  
Неделя: первая 4 день

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		БЖУ			к/кал
		ясли	Сад	белки я/с	жиры я/с	углеводы я/с	
<b>8.00-8.25</b>	<b>Завтрак</b>						
1	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	200	4,4/5,9	3,9/5,2	23,0/30,7	146,2/195,0
2	Батон обогщ.(валитек-8) с маслом сливочным ,печенье	20/5/ 10	30/7, 10	1,7/2,5	7,8/8	11,5/17,1	124,7/154
3	Какао с молоком	150	200	2,9/3,9	2,6/3,5	17,2/22,9	101,2/135
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>335</b>	<b>447</b>				
<b>10.00</b>	<b>2 Завтрак</b>						
	Сок фруктовый	200	200	1/1	0/0	23,0/23,0	92,0/92,0
	<b>Итого за 2 завтрак</b>						
<b>11.45-12.45</b>	<b>Обед</b>						
1	Огурец свежий порционно	20	20	0,41/0,8	0,8/0,9	2,04/4,1	12,0/16,0
2	Суп картофельный с клецками со сметаной	150	180	1,3/1,57	3,28/3,93	8,75/10,51	69,7/83,7
3	Рагу овощное с отварным мясом курицы	200	230	8,9/11,9	9,4/12,5	2,8/3,7	132/176
4	Компот лимонный	150	180	0,37/0,44	0,02/0,02	13,7/16,44	54/64,8
6	Хлеб дарницкий обогщ. (валитек-8)	30	37	2,04/2,5	0,27/0,33	14/17,2	63,8/83,6
7	Хлеб пшеничный обогщ.(валитек-8)	15	20	0,6/0,8	0,16/0,22	4,1/5,5	20,5/27,30
	<b>Итого за обед</b>	<b>565</b>	<b>667</b>				
<b>15.25.-15.35</b>	<b>Полдник</b>						
1	Запеканка из творога с яблоками	80	90	15,97/19,9 6	13,69/17,1 2	21,14/26,4 2	272,4/340,5
2	Соус молочный сладкий	50	50	1,2/1,2	2,35/2,35	7,4/7,4	54,8/54,8
	Чай с молоком	150	200	0,03/0,04	0,01/0,01	6,82/9,0	26,2/35,0
	<b>Итого за полдник</b>	<b>280</b>	<b>340</b>				

**«С»-витаминизация 3 блюда: естественный витамин «С»**

Рекомендуемый ужин : омлет запеченный, булочка детская, компот из кураги. 21.00-Киломолочный продукт

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 10485556620218183357344113440560018432977890880

Владелец Захарова Ольга Юрьевна

Действителен с 08.05.2024 по 08.05.2025