

**ЧАСТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 111 ОТКРЫТОГО АКЦИОНЕРНОГО ОБЩЕСТВА
«РОССИЙСКИЕ ЖЕЛЕЗНЫЕ ДОРОГИ»**

410012 г. Саратов, ул. им. Слонова И.А., д. 72 А, тел (факс) 41-86-63, 41-86-69, 41-04-56 E-mail: ds111oaorzd2008@mail.ru

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Детским садом
№ 111 ОАО «РЖД»
Е.В.Епифанцева.

День 12

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
				Сад/Ясли				
Завтрак	Гор . блюдо	132	Каша молочная Дружба	200 / 150	224,93/168,69	7,44/6,76	11,46/10,42	28,45 /25,89
	Напиток	395	Кофейный напиток с молоком	180 / 150	130,80/109	4,58/4,12	5,04 /4,54	21,50 /19,35
	Хлеб	1	Бутерброд с маслом	40/7 30/5	119,22 / 107,9	2,73 / 2,7	4,66 / 3,44	15,32 / 15,29
	ИТОГО				474,95 / 379,59	16,37 / 15,04	22,52 / 19,62	66,13 / 57,02
Завтрак 2	Молоко	401	Молоко ультрапастеризованное	200/200	112 / 112	5,6 / 5,6	6,4 / 6,4	8,2 / 8,2
	ИТОГО				112/112	5,84 / 5,72	6,43 / 6,415	32,14 / 20,17
Обед	1 блюдо	67	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	200/150	49,32 / 36,99	1,68 / 1,26	1,35 / 1,01	7,39 / 5,54
	2 блюдо	278	Бефстроганов	100/80	225,82 / 180,66	16,73 / 13,38	15,78 / 12,62	4,25 / 3,4
	Гарнир	313	Гречка отварная	150/100	270,51 / 180,34	8,55 / 5,7	7,23 / 4,82	41,18 / 27,45
	Напиток	375	Кисель из ягод	180/150	80/60	0,00/0,00	0,00/0,00	19,60/14,70
	Хлеб	700	Хлеб ржаной	50/40	74,25/59,4	1,8/1,44	0,45 /0,36	15,6 /12,48
	ИТОГО				699,9 / 517,39	28,76/ 21,78	24,81 / 18,81	88,02 / 63,57
Уплотненный полдник	1 блюдо	230	Ленивые вареники	150/130	332,3/288,0	20,5/17,82	18,2/15,78	21,18,42
		354	Сметанный соус	40/30	29,6/22,23	0,56/0,42	1,9/1,4	2,3/1,7
	Салат	368	Яблоко	120/100	48,4/44,0	0,44/0,40	0,44/0,40	10,78/9,80
	Напиток	393	Чай сладкий с лимоном	180/150	52,58 / 47,32	0,22 / 0,20	4,06 / 3,65	13,30 / 11,97
	Хлеб	701	Хлеб пшеничный	40/30	79,6 / 60,8	2,64 / 2,01	0,36 / 0,27	15,20 / 11,6
	ИТОГО				533,48/462,35	24,36/20,85	24,96/21,5	62,78/53,48
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ					1820,33 / 1471,33	75,33 / 63,39	78,72 / 66,34	249,07 / 194,24