

**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				
<b>Завтрак</b>	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
	<b>ИТОГО</b>				<b>474,95 / 379,59</b>	<b>16,37 / 15,04</b>	<b>22,52 / 19,62</b>	<b>66,13 / 57,02</b>
<b>Завтрак 2</b>	Молоко	401	Молоко ультрапастеризованное	200/200	112 / 112	5,6 / 5,6	6,4 / 6,4	8,2 / 8,2
	<b>ИТОГО</b>				<b>112/112</b>	<b>5,84 / 5,72</b>	<b>6,43 / 6,415</b>	<b>32,14 / 20,17</b>
<b>Обед</b>	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	Компот из с/фр	180/150	69,44 / 57,87	0,20 / 0,16	0,08 / 0,07	17,42 / 14,51
	Хлеб	700	Хлеб ржаной	50/40	74,25/59,4	1,8/1,44	0,45 /0,36	15,6 /12,48
	<b>ИТОГО</b>				<b>689,34 / 512,26</b>	<b>28,96 / 21,94</b>	<b>24,89 / 18,88</b>	<b>85,84 / 63,38</b>
<b>Уплотненный полдник</b>	1 блюдо	241	Зразы с изюмом запеченные	150/130	374,89 / 324,89	25,76 / 22,33	20,21 / 17,51	19,59 / 16,98
		б/н	Сгущенное молоко	40/30	28,88 / 21,66	0,64 / 0,48	0,76 / 0,57	4,88 / 3,66
	Салат	368	Яблоко	120/100	65,47 / 49,10	0,51 / 0,43	4,30 / 3,23	6,26 / 4,7
	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
	<b>ИТОГО</b>				<b>601,42 / 503,77</b>	<b>29,77 / 25,45</b>	<b>29,69 / 25,23</b>	<b>59,23 / 48,91</b>
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ</b>					<b>1877,71 / 1507,62</b>	<b>71,26 / 61,25</b>	<b>76,99 / 66,39</b>	<b>236,68 / 188,03</b>