

**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: ds111oaorz2008@mail.ru

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

День 14

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
				Сад/Ясли				
Завтрак	Гор . блюдо	132	Каша молочная манная	200/150	224,93/168,69	7,44/6,76	11,46/10,42	28,45 /25,89
	Напиток	395	Кофейный напиток на молоке	180/150	130,80/109	4,58/4,12	5,04 /4,54	21,50 /19,35
	Хлеб	3	Бутерброд с маслом,сыром	40/7/15 30/5/10	139,22/127,9	2,73/2,7	4,66 /3,44	15,32 /15,29
	<b>ИТОГО</b>				<b>474,95 / 385,59</b>	<b>14,75/13,58</b>	<b>21,16/18,40</b>	<b>65,27 /60,50</b>
Завтрак 2	Напиток	401	Кисломолочный напиток	180/150	106,2 / 88,5	5,04 / 4,2	5,76 / 4,8	7,38 / 6,15
			Кондитерское издел.	30/15	134,32 / 67,16	1,92 / 0,72	1,12 / 0,42	31,08 / 15,54
	<b>ИТОГО</b>				<b>240,52 / 155,66</b>	<b>6,96 / 4,92</b>	<b>6,88 / 5,22</b>	<b>38,46 / 21,69</b>
Обед	1 блюдо	80	Суп пшено на м/б	200/150	92,08 / 69,06	2,24 / 1,818	1,62 / 0,08	5,9 / 4,43
	Гарнир	317	Макаронные изделия отварные	150/100	276,5 / 184,33	7,8 / 5,2	8,2 / 5,5	41,68 / 27,79
	2 блюдо	282	Котлета мясная запеченая	70/70	136,16 / 136,16	8,01 / 8,01	8,69 / 8,69	5,68 / 5,68
		13	Помидор кусочком	60/50	53,21 / 39,91	0,66 / 0,5	4,29 / 3,22	2,7 / 2,02
	Хлеб	700	Хлеб ржаной	50/40	74,25/59,4	1,8/1,44	0,45 /0,36	15,6 /12,48
	Напиток	375	Компот из с/фр	180/150	69,44 / 57,87	0,20 / 0,16	0,08 / 0,07	17,42 / 14,51
		<b>ИТОГО</b>				<b>701,64 / 487,33</b>	<b>20,71 / 17,13</b>	<b>31,53 / 17,92</b>
Уплотненный полдник	Блюдо	45	Винегрет	150/100	91,51 / 73,21	1,61 / 1,29	5,19 / 4,15	8,4 / 6,72
	2 блюдо	254	Рыба запеченая кусочком	80/80	165,07 / 165,07	15,63 / 15,63	8,2 / 8,2	7,28 / 7,28
	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>388,76 / 346,4</b>	<b>20,1 / 19,13</b>	<b>17,81 / 16,27</b>
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ</b>					<b>1805,87 / 1373,8</b>	<b>61,11 / 52,5</b>	<b>75,88 / 55,86</b>	<b>239,76 / 184,3</b>