



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ д/с № 6
О.В.Лахина

ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ

МЕНЮ НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВОЗРАСТ	КЖБУ	БРУТТО	НЕТТО	Витамины (мг)		Минеральные вещества	
	САД (порция, гр)				В1	С	Са	Fe
ЗАВТРАК								
Кисель витаминизированный	50,0	18,5/0,0/0,0/4,6			0,08	4,0	0,48	0
Бутерброд с маслом	25,0	84,4/4,28/1,54/10,37			0,022	0,0	4,6	0,23
Каша из хлопьев овсяных «Геркулес»	200,0	287,4/14,12/8,56/31,52/			0,18	1,42	154,6	1,7
Чай с сахаром	180,0	54,0/0,0/0,09/13,5			0,0	0,0	4,5	0,36
Хлеб пшеничный	20,0	47,0/0,16/1,52/9,84	0,020	0,020	0,022	0,00	4,0	0,22
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
Фрукты свежие - яблоко	133,0	62,51/0,532/0,532/13,03	0,149	0,133	0,04	13,3	31,28	2,93
ОБЕД								
Овощи натуральные соленые	81,0	10,53/0,081/0,648/1,377			0,016	4,05	18,63	0,486
Суп с макаронными изделиями	200,0	89,0/2,28/2,16/15,06			0,084	6,60	12,20	0,76
Тефтели говяжьи паровые	80,0	144,84/9,017/14,48/1,49			0,0355	0,0	6,39	1,42
Капуста тушеная	135,0	95,0/4,1/1,9/12,7			0,1	13,9	11,0	0,8
Кисель из сока плодового ягодного	180,0	142,20/0,108/0,18/35,10			0,007	2,34	19,80	0,18
Хлеб пшеничный	40,0	94,0/0,32/3,04/18,68	0,040	0,040	0,044	0,00	8,0	0,44
Хлеб ржаной	35,0	60,90/0,42/2,31/11,69	0,035	0,035	0,063	0,00	12,25	1,365
ПОЛДНИК								
Пудинг из творога с рисом	80,0	278,64/14,76/14,98/20,3			0,05	0,216	126,0	0,72
Соус молочный сладкий	20,0	26,1/1,27/0,52/3,14			0,006	0,146	18,02	0,03
Кисломолочный напиток	180,0	156,6/5,76/9,0/15,3			0,054	1,08	214,2	018