Утверждаю

И.о. заведующего МБДОУ ЦРР

детский сад № 6

Н.Ю, Фоса

16.08.2023г.

День 8-ой

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетич. ценность (ккал)	№ рецеп-туры
		1-3/ 3-7	Б 1-3/ 3-7	Ж 1-3/ 3-7	У 1-3/ 3-7	1-3/ 3-7	
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150/200	4,08/5,43	4,08/4,23	25,05/33,38	153/193	86
	Чай с сахаром	150/180	9/10,8	2,295/2,754	9,75/11,7	36,96/44,352	57
	Бутерброд с маслом	25/48	1,43/2,848	4,73/7,8	10,227/ 20,67	87,4/159,84	8
Итого за завтрак		325/428	14,51/19,078	11,105/14,784	45,027/65,75	277,36/397,192	
2-ой завтрак	Яблоко	100/100	0,2	0,2	3,9	18,8	62
Обед	Суп картофельный с фрикадельками	150/250	3,975/6,625	3,105/5,175	9,27/15,45	81/135	16
	Каша по-купечески	150/180	12,57/15,08	11,54/ 13,84	40,43/48,51	323,66/388,39	44.3
	Компот из сухофруктов	150/200	0,78/1,04	-	20,22/26,96	80,58/107,44	55
	Хлеб ржаной	30/45	1,8/2,7	0,3/0,45	13,299/ 19,949	56,7/ 85,05	6.1
Итого за обед		480/675	19,125/25,445	14,945/19,465	83,319/110,869	541,94/715,88	
Усиленный полдник	Сельдь соленая	15/25	1,5/2,5	1,26/2,1	0,6/1	19,8/33	4
	Картофель запеченный	150/180	3,06/3,672	4,935/ 5,922	19,965/ 23,958	161,715/ 194,058	25
	Хлеб пшеничный	30/45	1,842/2,763	0,642/0,963	12,558/18,837	64,329/96,494	6
	Чай с сахаром	150/180	9/10,8	2,295/2,754	9,75/11,7	36,96/44,352	57
Итого за усиленный полдник		345/405	15,402/19,735	9,132/11,739	42,873/55,495	282,804/367,904	
Итого за день		1250/1608	49,237/64,455	35,382/46,188	175,119/236,014	1120,904/1499,776	