Утверждаю

Заведующий МБДОУ ЦРР

детский сад № 6

А.В. Войцешевская

30.11.2023

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 кукурузная молочная	150/200	3,495/4,66	0,51/0,68	0,495/0,66	141,9/189,2	47
	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	13,925/18,248	7,535/11,234	20,472/33,03	266,26/393,39	
2-ой завтрак	Отвар шиповника	100/100	0,34	0,14	9,49	40,67	59
	Суп с вермишелью на курином бульоне	150/250	2,81/ 4,7	2,01/ 3,35	5,08/8,5	45,82/ 76,4	17
	Курица отварная	70/80	26,147/30,901	22/26	0,418/0,494	303,017/358,111	60
	Рис отварной	100/150	2,43/3,64	3,58/ 5,37	24,45/ 36,67	140/210	21
	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		500/725	33,967/42,981	27,89/35,17	63,467/72,624	626,117/837,001	
Усиленный полдник	Запеканка творожная	120/150	21,04/ 26,31	14,46/ 18,09	20,58/ 25,74	296/ 372	36
	Чай с сахаром	150/180	9/10,8	2,295/2,754	9,75/11,7	36,96/44,352	57
	Сгущенное молоко	10/10	0,72	0,85	5,6	32,93	293
Итого за усиленный полдник		280/340	30,76/37,83	17,605/21,694	35,93/43,04	365,89/449,242	
Итого за день		1205/1593	78,992/99,435	53,17/68,238	129,359/158,184	1298,937/1720,303	