

Утверждаю

Заведующий МБДОУ ЦРР

детский сад № 6



А.В. Войцешевская

02.04.24

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетич. ценность (ккал) | № рецептуры |
|-----------------------------------|-----------------------------|-------------|----------------------|---------------|-----------------|----------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| | | 1-3/ 3-7 | 1-3/ 3-7 | 1-3/ 3-7 | 1-3/ 3-7 | 1-3/ 3-7 | |
| Завтрак | Каша рисовая молочная | 150/200 | 3,75/5 | 6,15/8,2 | 22,725/30,3 | 161,25/215 | 46 |
| | 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 | 14,18/18,648 | 13,175/18,754 | 42,702/62,67 | 285,61/419,192 | |
| 2-ой завтрак | Дрожжевой напиток | 100/100 | 1,6 | 0,1 | 10,1 | 49,1 | 84 |
| | Суп картофельный с бобовыми | 200/250 | 2,81/3,6 | 2,01/5,25 | 5,08/8,5 | 45,82/76,4 | 13 |
| | Салат из лобы с морковью | 40/60 | 1,04/1,56 | 1,2/1,8 | 2,92/4,38 | 26,4/39,6 | 119 |
| | Жаркое по - домашнему | 150/200 | 9,027/11,682 | 9,231/11,946 | 16,49/21,34 | 207,179/268,14 | 33 |
| | 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 | | 570/7555 | 14,417/19,022 | 11,541/17,64 | 55,189/76,749 | 394,449/542,564 | |
| Усиленный полдник | Суп кудрявый | 150/200 | 1,909/2,12 | 2,21/3,025 | 5,08/7,32 | 32,574/48,414 | 109 |
| | Гренки с сыром | 40/50 | 6,34/7,925 | 6,416/8,02 | 23,972/29,965 | 178,96/223,7 | 105 |
| | 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 | | 340/430 | 17,249/20,845 | 10,921/13,799 | 38,802/48,985 | 248,494/316,466 | |
| Итого за день | | 1335/1713 | 48,486/61,673 | 36,937/51,913 | 149,713/202,884 | 999,883/1361,362 | |