

Утверждаю

Заведующий МБДОУ ЦРР

детский сад № 6

А.В. Войцешевская

27.03.24



| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая 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 геркулесовая молочная | 150/200 | 6,81/9,08 | 7,26/9,68 | 22,785/30,38 | 183,87/245,16 | 44 |
| | Чай с сахаром | 150/180 | 9/10,8 | 2,295/2,754 | 9,75/11,7 | 36,96/44,352 | 57 |
| | Бутерброд с сыром | 29/50 | 3,56/5,2 | 3,37/4,26 | 10,2/20,4 | 84,2/138 | 9 |
| Итого за завтрак | | 329/430 | 19,37/25,08 | 12,925/16,694 | 42,735/62,48 | 305,03/427,512 | |
| 2-ой завтрак | Компот из свежих фруктов | 100 | 3,88 | 3,88 | 8,93 | 34,69 | 61 |
| | Борщ с фасолью | 150/250 | 2,445/4,075 | 1,08/1,8 | 5,61/9,35 | 58,095/96,825 | 10 |
| | Котлета рыбная | 60/70 | 8,022/9,359 | 2,82/3,29 | 5,988/6,986 | 81/94,5 | 67 |
| | Пюре картофельное | 100/150 | 2,04/3,06 | 3,2/4,8 | 13,63/20,445 | 92/138 | 24 |
| | Кисель | 150/200 | - | - | 31,8/53 | 126,9/211,5 | 51 |
| | 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 | | 490/715 | 14,307/19,194 | 7,4/10,34 | 70,327/109,73 | 414,695/625,875 | |
| Усиленный полдник | Молоко кипяченое | 150/180 | 4,58/5,48 | 4,08/4,88 | 7,58/9,07 | 85/102 | 53 |
| | Булочка домашняя | 50/80 | 3,64/5,82 | 6,26/10 | 26,96/43,13 | 179/286 | 41 |
| Итого за усиленный полдник | | 200/260 | 8,22/11,3 | 10,34/14,88 | 34,54/52,2 | 264/388 | |
| Итого за день | | 1119/1505 | 45,777/59,454 | 34,545/45,794 | 156,532/233,34 | 1018,415/1476,077 | |