

Утверждаю

Заведующий МБДОУ ЦРР

детский сад № 6

А.В. Войцешевская



28.03.24

| 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 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           |
| <b>Итого за завтрак</b>           |                                     | 325/428       | 13,925/18,24<br>8    | 7,535/11,23<br>4  | 20,472/33,0<br>3    | 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/<br>4,7         | 2,01/<br>3,35     | 5,08/8,5            | 45,82/<br>76,4                 | 17          |
|                                   | Курица отварная                     | 70/80         | 26,147/30,90<br>1    | 22/26             | 0,418/0,494         | 303,017/358,1<br>11            | 60          |
|                                   | Рис отварной                        | 100/150       | 2,43/3,64            | 3,58/<br>5,37     | 24,45/<br>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/<br>19,949   | 56,7/<br>85,05                 | 6.1         |
| <b>Итого за обед</b>              |                                     | 500/725       | 33,967/42,98<br>1    | 27,89/35,17       | 63,467/72,6<br>24   | 626,117/837,0<br>01            |             |
| Усиленный полдник                 | Запеканка творожная                 | 120/150       | 21,04/<br>26,31      | 14,46/<br>18,09   | 20,58/<br>25,74     | 296/<br>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         |
| <b>Итого за усиленный полдник</b> |                                     | 280/340       | 30,76/37,83          | 17,605/21,6<br>94 | 35,93/43,04         | 365,89/449,24<br>2             |             |
| <b>Итого за день</b>              |                                     | 1205/159<br>3 | 78,992/99,43<br>5    | 53,17/68,23<br>8  | 129,359/15<br>8,184 | 1298,937/1720<br>303           |             |