

Утверждаю

Заведующий МБДОУ ЦРР

детский сад № 6

А.В. Войцешевская



30.04.25

| 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                  | 83          |
|                                   | Чай полусладкий            | 150/180     | 9/10,8               | 2,295/2,754   | 9,75/11,7      | 36,96/44,352                   | 7           |
|                                   | Бутерброд с сыром          | 29/50       | 3,56/5,2             | 3,37/4,26     | 10,2/20,4      | 84,2/138                       | 2           |
| <b>Итого за завтрак</b>           |                            | 329/430     | 19,37/25,08          | 12,925/16,694 | 42,735/62,48   | 305,03/427,512                 |             |
| 2-ой завтрак                      | Фрукты (груша)             | 100         | 3,88                 | 3,88          | 8,93           | 34,69                          | 92          |
|                                   | Борщ с фасолью             | 150/250     | 2,445/4,075          | 1,08/1,8      | 5,61/9,35      | 58,095/96,825                  | 32          |
|                                   | Котлета рыбная             | 60/70       | 8,022/9,359          | 2,82/3,29     | 5,988/6,986    | 81/94,5                        | 57          |
|                                   | Пюре картофельное          | 100/150     | 2,04/3,06            | 3,2/4,8       | 13,63/20,445   | 92/138                         | 50*         |
|                                   | Кисель                     | 150/200     | -                    | -             | 31,8/53        | 126,9/211,5                    | 13          |
|                                   | Хлеб ржаной                | 30/45       | 1,8/2,7              | 0,3/0,45      | 13,299/19,949  | 56,7/85,05                     | 4а          |
| <b>Итого за обед</b>              |                            | 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                         | 14          |
|                                   | Булочка домашняя           | 50/80       | 3,64/5,82            | 6,26/10       | 26,96/43,13    | 179/286                        | 78          |
| <b>Итого за усиленный полдник</b> |                            | 200/260     | 8,22/11,3            | 10,34/14,88   | 34,54/52,2     | 264/388                        |             |
| <b>Итого за день</b>              |                            | 1119/1505   | 45,777/59,454        | 34,545/45,794 | 156,532/233,34 | 1018,415/1476,077              |             |