



Утверждаю

Заведующий МБДОУ ЦРР

детский сад № 6

А.В. Войцешевская

05.08.25

| Прием пищи                 | Наименование блюда             | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |               |                 | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|----------------------------|--------------------------------|-------------|----------------------|---------------|-----------------|--------------------------------|-------------|
|                            |                                | 1-3/ 3-7    | Б<br>1-3/ 3-7        | Ж<br>1-3/ 3-7 | У<br>1-3/ 3-7   | 1-3/ 3-7                       |             |
| Завтрак                    | Каша молочная ячневая с маслом | 150/200     | 4,38/5,48            | 4,72/5,9      | 20,98/26,22     | 144,4/180,5                    | 80          |
|                            | Чай полусладкий                | 150/180     | 9/10,8               | 2,295/2,754   | 9,75/11,7       | 36,96/44,352                   | 7           |
|                            | Бутерброд с маслом             | 25/48       | 1,43/2,848           | 4,73/7,8      | 10,227/20,67    | 87,4/159,84                    | 1           |
| Итого за завтрак           |                                | 325/428     | 14,81/19,128         | 11,74/16,454  | 40,957/58,59    | 268,76/384,692                 |             |
| 2-ой завтрак               | Напиток «Снежок»               | 100/100     | 0,34                 | 0,14          | 9,49            | 40,67                          | 17а         |
| Обед                       | Салат из свеклы с яблоком      | 40/60       | 0,444/0,666          | 2,068/3,102   | 4,576/6,864     | 38,68/58,02                    | 20          |
|                            | Суп крестьянский               | 150/250     | 1,5/ 2,8             | 1,68/2,24     | 10,2/13,6       | 61,95/82,6                     | 36          |
|                            | Тефтели мясные                 | 90/110      | 6,102/7,458          | 6,777/8,283   | 7,722/9,438     | 116,253/142,087                | 59          |
|                            | Компот из свежих фруктов       | 150/200     | 0,78/1,04            | -             | 20,22/26,96     | 80,58/107,44                   | 9           |
|                            | Хлеб ржаной                    | 30/45       | 1,8/2,7              | 0,3/0,45      | 13,299/19,949   | 56,7/85,05                     | 4а          |
| Итого за обед              |                                | 460/665     | 10,626/14,664        | 10,825/14,075 | 56,017/76,811   | 354,163/475,197                |             |
| Усиленный полдник          | Омлет натуральный              | 80/100      | 7,52/9,28            | 13,46/18,03   | 1,57/1,86       | 157/193                        | 78          |
|                            | Хлеб пшеничный                 | 30/45       | 1,842/2,763          | 0,642/0,963   | 12,558/18,837   | 64,329/96,494                  | 4           |
|                            | Печенье                        | 20/20       | 4,1                  | 2,3           | 13,2            | 94/94                          | 94          |
|                            | Чай полусладкий                | 150/180     | 9/10,8               | 2,295/2,754   | 9,75/11,7       | 36,96/44,352                   | 7           |
| Итого за усиленный полдник |                                | 280/345     | 22,462/26,943        | 18,697/24,047 | 37,078/45,597   | 352,289/427,819                |             |
| Итого за день              |                                | 1165/1538   | 48,238/61,075        | 41,402/54,716 | 143,542/190,488 | 1015,882/1328,378              |             |