

Утверждаю

Заведующий МБДОУ ЦРР

детский сад № 6

А.В. Войцешевская

06.03.26



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетич. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б 1-3/ 3-7	Ж 1-3/ 3-7	У 1-3/ 3-7		
Завтрак	Каша «Дружба» на молочная	150/200	4,65/6,2	6,45/8,6	24,3/ 32,4	174/232	49
	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	15,08/19,848	13,475/19,154	44,277/64,77	298,36/436,192	
2-ой завтрак	Молоко кипяченое	100/100	0,34	0,14	9,49	40,67	59
Обед	Суп гречневый	150/250	1,5/ 2,8	1,68/2,24	10,2/13,6	61,95/82,6	93
	Бигус	150/200	8,055/10,74	8,715/11,62	5,775/7,7	134,19/178,92	32
	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
<b>Итого за обед</b>		480/695	12,135/17,28	10,695/14,31	49,494/68,209	333,42/454,01	
Усиленный полдник	Салат из сельди	40/60	1,928/2,892	3,492/5,238	1,512/2,268	45,572/68,238	124
	Картофель запеченный	150/180	3,672/5,922	4,935/5,922	19,965/23,958	161,715/194,058	25
	Чай с сахаром	150/180	9/10,8	2,295/2,754	9,75/11,7	36,96/44,352	57
	Хлеб пшеничный	30/45	1,842/2,763	0,642/0,963	12,558/18,837	64,329/96,494	6
<b>Итого за усиленный полдник</b>		370/465	16,442/22,377	11,364/14,877	43,785/56,763	308,576/403,142	
<b>Итого за день</b>		1275/1688	43,997/59,845	35,674/48,481	147,046/199,232	981,026/1334,014	