

Утверждаю

Заведующий МБДОУ ЦРР

детский сад № 6

А.В. Войцешевская



06.11.25

| 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 пшеничная молочная            | 150/200     | 4,08/5,43            | 4,08/4,23     | 25,05/33,38     | 153/193                        | 86          |
|                                   | 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     | 14,51/19,078         | 11,105/14,784 | 45,027/65,75    | 277,36/397,192                 |             |
| 2-ой завтрак                      | Компот из свежих фруктов           | 100         | 3,88                 | 3,88          | 8,93            | 34,69                          | 61          |
| Обед                              | Салат из лобы с морковью           | 100/100     | 5,61                 | 4,09          | 18,98           | 130,52                         | 99          |
|                                   | Суп с вермишелью на мясном бульоне | 150/200     | 2,81/4,7             | 2,01/3,35     | 5,08/8,5        | 45,82/76,4                     | 17          |
|                                   | Суфле мясное                       | 90/110      | 5,751/7,029          | 6,273/7,667   | 9,792/11,968    | 118,503/144,837                | 112         |
|                                   | 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>              |                                    | 520/655     | 16,751/21,079        | 12,673/15,557 | 67,371/86,357   | 432,123/544,247                |             |
| Усиленный полдник                 | Запеканка творожная                | 120/150     | 21,04/26,31          | 14,46/18,09   | 20,58/25,74     | 296/372                        | 36          |
|                                   | Какао с молоком                    | 150/180     | 9/10,8               | 2,295/2,754   | 9,75/11,7       | 36,96/44,352                   | 16          |
|                                   | 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          | 17,605/21,694 | 35,93/43,04     | 365,89/449,242                 |             |
| <b>Итого за день</b>              |                                    | 1225/1523   | 65,901/108,177       | 45,263/55,915 | 157,258/204,077 | 1110,063/1425,371              |             |