

Утверждаю

Заведующий МБДОУ ЦРР

детский сад № 6

А.В. Войцешевская

10.02.26



| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|-----------------------------------|---|-------------|----------------------|---------------|-----------------|--------------------------------|-------------|
| | | | Б 1-3/ 3-7 | Ж 1-3/ 3-7 | У 1-3/ 3-7 | | |
| Завтрак | Суп молочный с маслом | 150/200 | 4,95/6,6 | 6,75/9 | 15,48/20,64 | 140,28/187,04 | 48 |
| | 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 |
| Итого за завтрак | | 325/428 | 15,38/20,248 | 13,775/19,554 | 35,457/53,01 | 264,64/391,232 | |
| 2-ой завтрак | Компот из свежих фруктов | 100/100 | 0,345 | - | 36,9 | 100,5 | 110 |
| Обед | Щи Дальневосточные | 150/250 | 2,7/4,5 | 3,81/6,35 | 10,875/18,125 | 88,35/147,25 | 90 |
| | Котлета мясная | 60/80 | 9,318/12,424 | 7,068/9,424 | 7,068/12,856 | 139,002/185,336 | 29 |
| | Пюре гороховое | 120/130 | 26,784/29,016 | 4,836/5,239 | 62,088/67,262 | 383,544/415,506 | 39 |
| | Напиток промышленного производства/Напиток «Изюминка» | 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 |
| Итого за обед | | 510/705 | 41,382/49,68 | 16,014/21,463 | 93,33/118,192 | 748,176/940,582 | |
| Усиленный полдник | Омлет натуральный | 80/100 | 7,52/9,28 | 13,46/18,03 | 1,57/1,86 | 157/193 | 37 |
| | 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 |
| Итого за усиленный полдник | | 260/325 | 18,362/22,843 | 16,397/21,747 | 23,878/32,397 | 258,289/333,846 | |
| Итого за день | | 1195/1558 | 75,469/93,116 | 46,186/62,764 | 189,565/240,499 | 1371,605/1766,158 | |