Утверждаю

Заведующий МБДОУ ЦРР

детский сад № 6

А.В. Войцешевская

12.05.25

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетич. ценность (ккал) | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 1-3/ 3-7 | Б 1-3/ 3-7 | Ж 1-3/ 3-7 | У 1-3/ 3-7 | 1-3/ 3-7 | |
| Завтрак | Каша манная молочная с маслом | 150/200 | 6,12/8,16 | 7,68/10,24 | 25,38/ 33,84 | 195/260 | 82 |
| | 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 |
| **Итого за завтрак** | | 329/430 | 18,68/24,16 | 13,345/17,254 | 45,33/65,94 | 316,16/442,352 | |
| 2-ой завтрак | Напиток промышленного производства | 100/100 | 0,5/0,5 | - | 10,1/10,1 | 42,67/42,67 | 12 |
| Обед | Свежий огурец | 25/25 | 0,05 | 0 | 0,1 | 0,825 | 29 |
| | Суп картофельный с бобовыми | 200/250 | 2,81/3,6 | 2,01/5,25 | 5,08/8,5 | 45,82/76,4 | 37 |
| | Макароны отварные | 120/160 | 13,56/ 18,208 | 8,748/ 11,664 | 25,044/ 33,392 | 234/312 | 47 |
| | Гуляш | 70/80 | 9,023/10,312 | 7,133/8,152 | 2,296/2,634 | 109,375/125 | 69 |
| | Компот из сухофруктов | 150/200 | 0,78/1,04 | - | 20,22/26,96 | 80,58/107,44 | 8 |
| | Хлеб ржаной | 30/45 | 1,8/2,7 | 0,3/0,45 | 13,299/ 19,949 | 56,7/ 85,05 | 4а |
| **Итого за обед** | | 525/655 | 19/25,598 | 11,058/17,364 | 63,843/88,801 | 417,925/580,89 | |
| Усиленный полдник | Ватрушка с творогом | 60/80 | 6,492/8,656 | 3,75/5 | 4,872/6,496 | 167,31/223,08 | 76 |
| | Молоко кипяченное | 150/180 | 4,58/5,48 | 4,08/4,88 | 7,58/9,07 | 85/102 | 14 |
| **Итого за усиленный полдник** | | 210/260 | 11,072/14,136 | 7,83/9,88 | 12,452/15,566 | 252,31/325,08 | |
| **Итого за день** | | 1164/1435 | 49,252/64,394 | 32,233/44,498 | 131,725/180,407 | 1029,065/1390,992 | |