

Утверждаю

Заведующий МБДОУ ЦРР

детский сад № 6

А.В. Войцешевская



| 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   |                                |             |
| Завтрак                    | Каша манная молочная с маслом      | 150/200     | 6,12/8,16            | 7,68/10,24    | 25,38/33,84     | 195/260                        | 43          |
|                            | Чай с сахаром                      | 150/180     | 9/10,8               | 2,295/2,754   | 9,75/11,7       | 36,96/44,352                   | 57          |
|                            | Бутерброд с сыром                  | 29/50       | 3,56/5,2             | 3,37/4,26     | 10,2/20,4       | 84,2/138                       | 9           |
| 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                    | 85          |
| Обед                       | Суп полевой                        | 150/250     | 1,909/2,121          | 2,21/3,025    | 5,08/7,32       | 32,574/48,414                  | 87          |
|                            | Гуляш                              | 70/80       | 9,023/10,312         | 7,133/8,152   | 2,296/2,634     | 109,375/125                    | 28          |
|                            | Каша перловая рассыпчатая          | 120         | 3,77                 | 2,88          | 26,81           | 148,28                         | 124.1       |
|                            | 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         |
| Итого за обед              |                                    | 520/595     | 17,282/19,943        | 12,523/14,507 | 67,705/83,673   | 427,509/514,184                |             |
| Усиленный полдник          | Пирожок с творогом                 | 60/80       | 6,492/6,656          | 3,75/5        | 4,872/6,496     | 167,31/223,08                  | 120         |
|                            | Какао с молоком                    | 150/180     | 3,15/3,78            | 2,72/3,258    | 12,96/15,552    | 89/107                         | 54          |
| Итого за усиленный полдник |                                    | 210/260     | 9,642/10,436         | 6,47/8,258    | 17,832/22,048   | 256,31/330,08                  |             |
| Итого за день              |                                    | 1159/1385   | 46,104/55,039        | 32,338/40,019 | 140,967/181,761 | 1042,649/1329,604              |             |