

Утверждаю

Заведующий МБДОУ ЦРР

детский сад № 6

А.В. Войцешевская

16.01.26



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 рисовая молочная	150/200	5,58/7,44	6/8	27,42/36,56	181,2/241,6	45
	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
<b>Итого за завтрак</b>		329/430	18,14/23,44	11,665/15,0 14	47,37/68,66	302,36/423,95 2	
2-ой завтрак	Молоко кипяченное	100	3,05	2,72	5,05	56,7	53
Обед	Рассольник	150/250	2,535/4,225	1,425/2,375	9,18/15,3	71,055/118,42 5	12
	Расстегай с мясом	60/80	15,276/20,36 8	9,378/12,50 4	0,552/0,736	148,878/198,5 04	56
	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>		390/575	20,391/28,33 3	11,103/15,3 25	43,251/62,9 45	357,213/509,4 14	
Усиленный полдник	Рагу овощное	150/200	1,8/2,4	10,365/13,8 2	1069,995/1 426,66	142,86/190,48	68
	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	12,558/18,8 37	64,329/96,494	6
<b>Итого за усиленный полдник</b>		330/425	12,642/15,96 3	13,302/17,5 37	1092,303/1 457,197	244,149/331,3 26	
<b>Итого за день</b>		1149/153 0	54,223/70,78 6	38,79/50,59 6	1187,974/1 593,852	960,422/1312, 392	