

Утверждаю

Заведующий МБДОУ ЦРР

детский сад № 6

А.В. Войцешевская

22.01.26



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		1-3/ 3-7	Б 1-3/ 3-7	Ж 1-3/ 3-7	У 1-3/ 3-7		
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150/200	4,08/5,43	4,08/4,23	25,05/33,38	153/193	45
	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	14,51/19,078	11,105/14,784	45,027/65,75	277,36/397,192	
2-ой завтрак	Напиток промышленного производства	100	3,88	3,88	8,93	34,69	61
Обед	Суп гречневый	200/250	1,38/2,31	4,64/7,73	9,25/15,42	84,35/140,58	14
	Ленивые голубцы	150/200	17,31/23,08	7,575/10,1	31,335/41,78	262,65/330,2	34
	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		530/695	21,27/29,13	12,515/18,25	74,204/84,16	484,28/663,27	
Усиленный полдник	Запеканка рисовая	120/150	21,04/26,31	14,46/18,09	20,58/25,74	296/372	36
	Чай с сахаром	150/180	9/10,8	2,295/2,754	9,75/11,7	36,96/44,352	57
	Сгущенное молоко	10/10	0,72	0,85	5,6	32,93	293
Итого за усиленный полдник		280/340	30,76/37,83	17,605/21,694	35,93/43,04	365,89/449,282	
Итого за день		1235/1563	70,42/89,918	45,105/58,608	164,091/201,88	1162,22/1544,434	