

Утверждаю

Заведующий МБДОУ ЦРР

детский сад № 6

А.В. Войцешевская



26.01.26

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
		1-3/ 3-7	1-3/ 3-7	1-3/ 3-7	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	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	13,345/17,2 54	45,33/65,94	316,16/442,3 52	
2-ой завтрак	Напиток промышленного производства	100/100	0,5/0,5	-	10,1/10,1	42,67/42,67	85
Обед	Соленый огурец	25/25	0,05	0	0,1	0,825	114
	Суп картофельный с бобовыми	200/250	2,81/3,6	2,01/5,25	5,08/8,5	45,82/76,4	13
	Макаронные отварные	120/160	13,56/ 18,208	8,748/ 11,664	25,044/ 33,392	234/312	35
	Гуляш	70/80	9,023/10,312	7,133/8,152	2,296/2,634	109,375/125	28
	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		525/655	19/25,598	11,058/17,3 64	63,843/88,80 1	417,925/580, 89	
Усиленный полдник	Ватрушка с творогом	60/80	6,492/8,656	3,75/5	4,872/6,496	167,31/223,0 8	103
	Молоко кипяченое	150/180	4,58/5,48	4,08/4,88	7,58/9,07	85/102	53
Итого за усиленный полдник		210/260	11,072/14,13 6	7,83/9,88	12,452/15,56 6	252,31/325,0 8	
Итого за день		1164/143 5	49,252/64,39 4	32,233/44,4 98	131,725/180, 407	1029,065/13 90,992	