

Утверждаю

Заведующий МБДОУ ЦРР

детский сад № 6

А.В. Войцешевская

26.03.26



| 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 пшеничная молочная | 150/200 | 4,08/5,43 | 4,08/4,23 | 25,05/33,38 | 153/193 | 86 |
| | 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 | Компот из свежих фруктов | 100 | 3,88 | 3,88 | 8,93 | 34,69 | 61 |
| Обед | Салат из лобы с морковью | 100/100 | 5,61 | 4,09 | 18,98 | 130,52 | 99 |
| | Суп с вермишелью на мясном бульоне | 150/200 | 2,81/4,7 | 2,01/3,35 | 5,08/8,5 | 45,82/76,4 | 17 |
| | Суфле мясное | 90/110 | 5,751/7,029 | 6,273/7,667 | 9,792/11,968 | 118,503/144,837 | 112 |
| | 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 | | 520/655 | 16,751/21,079 | 12,673/15,557 | 67,371/86,357 | 432,123/544,247 | |
| Усиленный полдник | Запеканка творожная | 120/150 | 21,04/26,31 | 14,46/18,09 | 20,58/25,74 | 296/372 | 36 |
| | Какао с молоком | 150/180 | 9/10,8 | 2,295/2,754 | 9,75/11,7 | 36,96/44,352 | 16 |
| | 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 | 365,89/449,242 | |
| Итого за день | | 1225/1523 | 65,901/108,177 | 45,263/55,915 | 157,258/204,077 | 1110,063/1425,371 | |