

Утверждаю

Заведующий МБДОУ ЦРР

детский сад № 6

А.В. Войцешевская

28.01.26



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 молочная ячневая с маслом	150/200	4,38/5,48	4,72/5,9	20,98/26,22	144,4/180,5	14/4
	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	14,81/19,128	11,74/16,454	40,957/58,59	268,76/384,692	
2-ой завтрак	Напиток «Снежок»	100/100	0,34	0,14	9,49	40,67	59
Обед	Салат из свеклы с яблоком	40/60	0,444/0,666	2,068/3,102	4,576/6,864	38,68/58,02	63
	Суп крестьянский	150/250	1,5/ 2,8	1,68/2,24	10,2/13,6	61,95/82,6	93
	Тефтели мясные	90/110	6,102/7,458	6,777/8,283	7,722/9,438	116,253/142,087	66
	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		460/665	10,626/14,664	10,825/14,075	56,017/76,811	354,163/475,197	
Усиленный полдник	Омлет натуральный	80/100	7,52/9,28	13,46/18,03	1,57/1,86	157/193	37
	Хлеб пшеничный	30/45	1,842/2,763	0,642/0,963	12,558/18,837	64,329/96,494	6
	Печенье	20/20	4,1	2,3	13,2	94/94	80
	Чай с сахаром	150/180	9/10,8	2,295/2,754	9,75/11,7	36,96/44,352	57
Итого за усиленный полдник		280/345	22,462/26,943	18,697/24,047	37,078/45,597	352,289/427,819	
Итого за день		1165/1538	48,238/61,075	41,402/54,716	143,542/190,488	1015,882/1328,378	