

Утверждаю



Заведующий МБДОУ ЦРР

детский сад № 6

А.В. Войцешевская

29.07.25

| Прием пищи                 | Наименование блюда                 | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |               |                 | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|----------------------------|------------------------------------|-------------|----------------------|---------------|-----------------|--------------------------------|-------------|
|                            |                                    |             | Б<br>1-3/ 3-7        | Ж<br>1-3/ 3-7 | У<br>1-3/ 3-7   |                                |             |
| Завтрак                    | Каша рисовая молочная              | 150/200     | 3,75/5               | 6,15/8,2      | 22,725/30,3     | 161,25/215                     | 85          |
|                            | Чай полусладкий                    | 150/180     | 9/10,8               | 2,295/2,754   | 9,75/11,7       | 36,96/44,352                   | 7           |
|                            | Бутерброд с маслом                 | 25/48       | 1,43/2,848           | 4,73/7,8      | 10,227/20,67    | 87,4/159,84                    | 1           |
| Итого за завтрак           |                                    | 325/428     | 14,18/18,648         | 13,175/18,754 | 42,702/62,67    | 285,61/419,192                 |             |
| 2-ой завтрак               | Дрожжевой напиток                  | 100/100     | 1,6                  | 0,1           | 10,1            | 49,1                           | 11          |
|                            | Суп картофельный с бобовыми        | 200/250     | 2,81/3,6             | 2,01/5,25     | 5,08/8,5        | 45,82/76,4                     | 40          |
|                            | Салат из свеклы и зеленого горошка | 40/60       | 1,04/1,56            | 1,2/1,8       | 2,92/4,38       | 26,4/39,6                      | 21          |
|                            | Тефтели рыбные                     | 150/200     | 9,027/11,682         | 9,231/11,946  | 16,49/21,34     | 207,179/268,14                 | 56          |
|                            | Компот из сухофруктов              | 150/200     | 0,78/1,04            | -             | 20,22/26,96     | 80,58/107,44                   | 8           |
|                            | Хлеб ржаной                        | 30/45       | 1,8/2,7              | 0,3/0,45      | 13,299/19,949   | 56,7/85,05                     | 4а          |
| Итого за обед              |                                    | 570/7555    | 14,417/19,022        | 11,541/17,64  | 55,189/76,749   | 394,449/542,564                |             |
| Усиленный полдник          | Суп кудрявый                       | 150/200     | 1,909/2,12           | 2,21/3,025    | 5,08/7,32       | 32,574/48,414                  | 42          |
|                            | Гренки с сыром                     | 40/50       | 6,34/7,925           | 6,416/8,02    | 23,972/29,965   | 178,96/223,7                   | 3           |
|                            | Чай с сахаром                      | 150/180     | 9/10,8               | 2,295/2,754   | 9,75/11,7       | 36,96/44,352                   | 5           |
| Итого за усиленный полдник |                                    | 340/430     | 17,249/20,845        | 10,921/13,799 | 38,802/48,985   | 248,494/316,466                |             |
| Итого за день              |                                    | 1335/1713   | 48,486/61,673        | 36,937/51,913 | 149,713/202,884 | 999,883/1361,362               |             |