

Утверждаю

Заведующий МБДОУ ЦРР

детский сад № 6

А.В. Войцешевская



04.07.24

| 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 кукурузная молочная | 150/200     | 3,495/4,66           | 0,51/0,68     | 0,495/0,66      | 141,9/189,2                    | 47          |
|                                   | 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           |
| <b>Итого за завтрак</b>           |                          | 325/428     | 13,925/18,248        | 7,535/11,234  | 20,472/33,03    | 266,26/393,39                  |             |
| 2-ой завтрак                      | Напиток «Изюминка»       | 100/100     | 0,345                | -             | 36,9            | 100,5                          | 110         |
| Обед                              | Салат «Свежесть»         | 40/60       | 0,66/0,99            | 2,836/4,254   | 1,964/2,946     | 36,308/54,462                  | 122         |
|                                   | Борщ со сметаной         | 150/250     | 2,31/3,85            | 1,305/2,175   | 4,065/6,775     | 48,735/81,225                  | 11          |
|                                   | Картофельная запеканка   | 70/80       | 15,282/21,225        | 15,03/20,875  | 13,104/18,2     | 273,492/379,85                 | 19          |
|                                   | Кисель                   | 150/200     | -                    | -             | 31,8/53         | 126,9/211,5                    | 51          |
|                                   | Хлеб ржаной              | 30/45       | 1,8/2,7              | 0,3/0,45      | 13,299/19,949   | 56,7/85,05                     | 6.1         |
| <b>Итого за обед</b>              |                          | 440/635     | 20,052/28,765        | 19,471/27,754 | 64,232/100,87   | 542,135/812,087                |             |
| Усиленный полдник                 | Вареники ленивые         | 120/150     | 17,13/21,89          | 15,17/16,03   | 17,71/22,6      | 276/321                        | 106         |
|                                   | Какао с молоком          | 150/180     | 3,15/3,78            | 2,72/3,258    | 12,96/15,552    | 89/107                         | 54          |
| <b>Итого за усиленный полдник</b> |                          | 270/330     | 20,28/25,67          | 17,89/19,288  | 30,67/38,152    | 365/428                        |             |
| <b>Итого за день</b>              |                          | 1135/1513   | 54,602/73,028        | 44,896/58,276 | 152,274/208,952 | 1273,895/1733,977              |             |