

Утверждаю

Заведующий МБДОУ ЦРР

детский сад № 6

А.В. Войцешевская



12.03.25

| Прием пищи                        | Наименование блюда               | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |               |                 | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|-----------------------------------|----------------------------------|-------------|----------------------|---------------|-----------------|--------------------------------|-------------|
|                                   |                                  | 1-3/ 3-7    | Б<br>1-3/ 3-7        | Ж<br>1-3/ 3-7 | У<br>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                        | 84          |
|                                   | 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           |
| <b>Итого за завтрак</b>           |                                  | 325/428     | 14,51/19,078         | 11,105/14,784 | 45,027/65,75    | 277,36/397,192                 |             |
| 2-ой завтрак                      | Фрукты (яблоко)                  | 100/100     | 0,5/0,5              | -             | 10,1/10,1       | 42,67/42,67                    | 85          |
| Обед                              | Суп картофельный с фрикадельками | 150/250     | 3,975/6,625          | 3,105/5,175   | 9,27/15,45      | 81/135                         | 37          |
|                                   | Салат овощной                    | 60          | 0,7                  | 4,05          | 6,72            | 66,85                          | 18          |
|                                   | Каша по-купечески                | 150/180     | 12,57/15,08          | 11,54/13,84   | 40,43/48,51     | 323,66/388,39                  | 63          |
|                                   | Компот из сухофруктов            | 150/200     | 0,78/1,04            | -             | 20,22/26,96     | 80,58/107,44                   | 9           |
|                                   | Хлеб ржаной                      | 30/45       | 1,8/2,7              | 0,3/0,45      | 13,299/19,949   | 56,7/85,05                     | 4а          |
| <b>Итого за обед</b>              |                                  | 540/735     | 19,125/25,445        | 14,945/19,465 | 83,319/110,869  | 541,94/715,88                  |             |
| Усиленный полдник                 | Сельдь соленая                   | 15/25       | 1,5/2,5              | 1,26/2,1      | 0,6/1           | 19,8/33                        | 27          |
|                                   | Картофель запеченный             | 150/180     | 3,06/3,672           | 4,935/5,922   | 19,965/23,958   | 161,715/194,058                | 52          |
|                                   | Хлеб пшеничный                   | 30/45       | 1,842/2,763          | 0,642/0,963   | 12,558/18,837   | 64,329/96,494                  | 4           |
|                                   | Чай с сахаром                    | 150/180     | 9/10,8               | 2,295/2,754   | 9,75/11,7       | 36,96/44,352                   | 5           |
| <b>Итого за усиленный полдник</b> |                                  | 345/405     | 15,402/19,735        | 9,132/11,739  | 42,873/55,495   | 282,804/367,904                |             |
| <b>Итого за день</b>              |                                  | 1310/1668   | 49,937/65,255        | 39,432/50,238 | 181,839/242,734 | 1187,754/1566,626              |             |