

Утверждаю

Заведующий МБДОУ ЦРР

детский сад № 6

А.В. Войцешевская



19.02.25

| 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 геркулесовая молочная | 150/200 | 6,81/9,08 | 7,26/9,68 | 22,785/30,38 | 183,87/245,16 | 83 |
| | Чай полусладкий | 150/180 | 9/10,8 | 2,295/2,754 | 9,75/11,7 | 36,96/44,352 | 7 |
| | Бутерброд с сыром | 29/50 | 3,56/5,2 | 3,37/4,26 | 10,2/20,4 | 84,2/138 | 2 |
| Итого за завтрак | | 329/430 | 19,37/25,08 | 12,925/16,694 | 42,735/62,48 | 305,03/427,512 | |
| 2-ой завтрак | Фрукты (банан) | 100/100 | 1,6 | 0,1 | 10,1 | 49,1 | 93 |
| | Суп с вермишелью на курином бульоне | 150/250 | 2,81/4,7 | 2,01/3,35 | 5,08/8,5 | 45,82/76,4 | 41 |
| | Курица отварная | 70/80 | 26,147/30,901 | 22/26 | 0,418/0,494 | 303,017/358,111 | 66 |
| | Рис отварной | 100/150 | 2,43/3,64 | 3,58/5,37 | 24,45/36,67 | 140/210 | 46 |
| | 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 | | 500/725 | 33,967/42,981 | 27,89/35,17 | 63,467/72,624 | 626,117/837,001 | |
| Усиленный полдник | Вареники с картофелем | 180/200 | 6,63/8,84 | 7,71/10,28 | 38,415/51,22 | 249,795/333,06 | 71 |
| | 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 | | 330/380 | 15,63/19,64 | 10,005/13,034 | 48,165/62,92 | 286,755/377,412 | |
| Итого за день | | 1259/1635 | 70,567/89,301 | 50,92/64,998 | 164,467/208,124 | 1267,002/1691,025 | |