

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МБДОУ детский сад №2 сад  
 села Неверкино  
 Искоркина С.А



08 ноября 2022г

| Прием пищи                     | Наименование блюд        | До 3-х лет |              |              |               |               | От 3-х до 7 лет |              |              |                |                |
|--------------------------------|--------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-----------------|--------------|--------------|----------------|----------------|
|                                |                          | выход      | б            | ж            | у             | ккал          | выход           | б            | ж            | у              | ккал           |
| Завтрак                        | Каша пшенная молочная    | 150        | 5.07         | 7.8          | 19.4          | 168.7         | 200             | 6.76         | 10.4         | 25.87          | 224.9          |
|                                | Бутерброд с маслом       | 40         | 3.37         | 4.95         | 9.74          | 99            | 50              | 5.06         | 7.02         | 14.61          | 144            |
|                                | Чай с сахаром            | 150        |              |              | 8.98          | 30            | 200             |              |              | 11.98          | 45             |
| Итого                          |                          |            | <b>8.44</b>  | <b>12.75</b> | <b>38.12</b>  | <b>297.7</b>  |                 | <b>11.82</b> | <b>17.42</b> | <b>52.46</b>   | <b>413.9</b>   |
| Обед                           | Щи на к/б со сметаной    | 150        | 2.95         | 4.8          | 6.87          | 94.49         | 250             | 3.68         | 7.07         | 8.58           | 118            |
|                                | Картошка тушеная с мясом | 150        | 6.53         | 10.8         | 15.86         | 230           | 200             | 9.0          | 14.4         | 23.6           | 250            |
|                                | Компот из сухофруктов    | 150        | 0.42         |              | 20.45         | 83            | 200             | 0.51         |              | 24.23          | 99             |
|                                | Хлеб ржаной              | 40         | 2.44         | 0.44         | 12.36         | 64.38         | 70              | 3.04         | 0.55         | 15.36          | 80.04          |
| итого                          |                          |            | <b>11.98</b> | <b>16.04</b> | <b>55.54</b>  | <b>471.87</b> |                 | <b>16.23</b> | <b>22.02</b> | <b>921.19</b>  | <b>547.04</b>  |
| Полдник                        | Пряники                  | 30         | 1.77         | 1.41         | 22.5          | 109.8         | 30              | 1.77         | 1.41         | 22.5           | 109.8          |
|                                | Чай с сахаром            | 150        |              |              | 8.98          | 30            | 200             |              |              | 11.98          | 45             |
| Используется йодированная соль |                          |            |              |              |               |               |                 |              |              |                |                |
| Итого                          |                          |            | <b>1.77</b>  | <b>1.41</b>  | <b>31.48</b>  | <b>139.8</b>  |                 | <b>1.77</b>  | <b>1.41</b>  | <b>34.48</b>   | <b>154.8</b>   |
| Всего                          |                          |            | <b>22.19</b> | <b>30.2</b>  | <b>125.14</b> | <b>909.37</b> |                 | <b>29.82</b> | <b>40.85</b> | <b>1008.13</b> | <b>1115.74</b> |