

19 февраля 2025г

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ «Детский сад №3 с/а»,
села Неверкино
Искоркина С.А.



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	Суп лапша молочная	150	4.95	6.75	27	140.28	200	6.58	9.0	26.12	187.04
	Бутерброд с маслом	40/4	3.37	4.95	9.74	99	50/5	5.06	7.02	14.61	144
	Чай	150			8.98	30	200			11.98	45
Итого			8.44	12.75	38.12	297.7		11.82	17.42	40.48	413.9
Обед	Суп рисовый	150	1.68	3.53	7.34	68.18	250	2.24	4.7	9.8	90.9
	Фрикадельки под соусом	70	5.6	4.3	7.0	100.8	90	11.5	4.1	8.4	109
	Гречка рассыпчатая	150	3.0	4.27	14.6	175.33	200	4.5	6.4	21.09	263
	Салат овощной (из свежей капусты, и свеклы)	40	0.61/0.3	5.23/1.5	18.46/0.6	134.9/21	60	0.69/0.14	5.94/5.8	21.09/2.4	154.17/20
	Компот из сухофруктов	150	0.42		20.45	83	200	0.51		24.23	99
	Хлеб ржаной	50	2.44	0.44	12.36	64.38	70	3.04	0.55	15.36	80.04
итого			13.75/13.44	17.77/14.04	80.21/62.35	626.59/512.69		22.48/21.93	21.69/21.55	99.97/81.28	796.11/661.94
Полдник	Печенье	30	3.8	4.9	37.2	208.5	30	3.8	4.9	37.2	208.5
	Чай	150			8.98	30	200			11.98	45
Используется йодированная соль											
Итого			3.8	4.9	46.18	238.5		3.8	4.9	49.18	253.5
Всего			25.99/25.68	35.42/31.69	164.51/146.65	1162.79/1048.89		38.1/37.55	44.01/43.87	189.63/170.94	1463.51/1329.34