



16 сентября 2024г

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ

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		
Завтрак	Каша гречневая с сахаром	100	2.0	1	18.66	130	120	2	5		26	
	Бутерброд с маслом	40/4	3.37	4.95	9.74	99	50/5	5.06	7.02		14.61	
	Кофейный напиток	150	1.25	1.25	10.42	48.33	200	1.5	1.5		12.5	
Итого			<b>6.62</b>	<b>7.2</b>	<b>38.82</b>	<b>277.33</b>		<b>8.56</b>	<b>13.52</b>		<b>53.11</b>	<b>342</b>
Обед	Суп гороховый на к/б с гречками	150	3.29	3.07	9.79	81	250	5.49	5.27		16.32	135
	Голубцы ленивые	140	9.2	6.8	28.42	214	160	9.6	6.7		29.47	222.54
	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			<b>15.35</b>	<b>7.24</b>	<b>71.02</b>	<b>442.38</b>		<b>18.64</b>	<b>12.52</b>		<b>85.38</b>	<b>536.58</b>
Полдник	Выпечка ватрушка с творогом	60	4.86	4.5	9.1	99.34	90	7.29	6.753		13.65	149
	Чай с сахаром	150			8.98	30	200				11.98	45
Используется йодированная соль												
Итого			<b>4.86</b>	<b>4.5</b>	<b>18.08</b>	<b>129.34</b>		<b>7.29</b>	<b>6.75</b>		<b>25.63</b>	<b>194</b>
Всего			<b>26.83</b>	<b>17.94</b>	<b>127.92</b>	<b>849.05</b>		<b>34.49</b>	<b>32.793</b>		<b>164.12</b>	<b>1072.58</b>