

21 октября 2024г



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ детский сад №2 сад
с/п. Нестеркина
С.С. Коркина

Прием пищи	Наименование блюд	До 3-х лет					От 3-х до 7-ми лет				
		выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Каша рисовая молочная	150	5.23	7.8	18.757	166.78	200	6.98	10.4	25	222.38
	Бутерброд с маслом	40\4	3,37	4.95	9.74	99	50\5	5.06	7.02	14.61	144
	Чай с сахаром	150			8.98	30	200			11.98	45
Итого			8.6	12.75	37.477	295.78		12.07	17.42	51.59	411.38
Обед	Суп картофельный с пшенном и рыбой	150	18.48	1.99	9.9	145.6	250	24.64	2.66	13.19	194.1
	Гуляш с отварными макаронами	40\120	8.7\4.69	5.29\6.48	4.95\25.03	0.038\83.81	50\140	9.4\5.9	6.69\8.11	5.33\31.29	0.046\229.76
	Компот из сухофруктов	150	0.42		20.45	83	200	0.51		24.23	99
	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
	Хлеб ржаной	50	2.44	0.44	12.36	64.38	70	3.04	0.55	15.36	80.04
итого			30.65\30.34	12.95\10.41	66.12\68.34	427.918\397.79		38.28\34.23	15.84\17.12	79.2\86.47	527.362\622.906
Полдник	Каша манная молочная	150	4.39	7.46	20.11	166	200	5.86	9.95	26.8	221.38
	Чай с сахаром	150			8.98	30	200			11.98	45
Используется йодированная соль											
Итого			4.39	7.46	29.09	196		5.86	9.95	32.16	266.38
Всего			43.64\43.33	33.13\30.62	132.687\134.907	919.698\889.57		56.21\52.16	43.21\44.49	162.95\170.22	1205.122\1300.666