

01 декабря 2023г

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МБДОУ детский сад №2 с/д  
 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                        | Каши перловая молочная | 150        | 3.6          | 4            | 29.2          | 167           | 200             | 4.5          | 6.5          | 36.6          | 206.9          |
|                                | 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                          |                        |            | <b>6.97</b>  | <b>8.95</b>  | <b>41.65</b>  | <b>296</b>    |                 | <b>9.56</b>  | <b>13.52</b> | <b>63.19</b>  | <b>395.9</b>   |
| Обед                           | Суп с клецками на к/б  | 150        | 4.12         | 5.63         | 15.13         | 139.6         | 250             | 5.2          | 7.1          | 19.09         | 169.09         |
|                                | Рагу овощное с мясом   | 150        | 2.40         | 11.33        | 13.59         | 166           | 200             | 3.24         | 17.36        | 18.26         | 242            |
|                                | 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>9.38</b>  | <b>17.4</b>  | <b>61.53</b>  | <b>452.96</b> |                 | <b>11.99</b> | <b>25.01</b> | <b>76.94</b>  | <b>590.13</b>  |
| Полдник                        | Сухари                 | 30         | 0.41         |              | 11.90         | 51.65         | 30              | 0.41         |              | 11.90         | 51.65          |
|                                | Какао с молоком        | 150        | 1.25         | 1.33         | 10.08         | 50            | 200             | 1.5          | 1.6          | 12.1          | 60             |
| Используется йодированная соль |                        |            |              |              |               |               |                 |              |              |               |                |
| Итого                          |                        |            | <b>1.66</b>  | <b>1.33</b>  | <b>22.7</b>   | <b>101.65</b> |                 | <b>1.91</b>  | <b>1.6</b>   | <b>24</b>     | <b>111.65</b>  |
| Всего                          |                        |            | <b>18.01</b> | <b>27.68</b> | <b>131.88</b> | <b>850.61</b> |                 | <b>23.46</b> | <b>40.13</b> | <b>107.13</b> | <b>1097.68</b> |