

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



30 ноября 2022г

Прим 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 пшеничная молочная	150	5.07	7.8	19.4	168.7	200	6.76	10.4	25.87	224.9	
	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			8.44	12.75	38.12	297.7		11.82	17.42	52.46	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 с сахаром *	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	34.76/31.03	164.5/146.65	1162.79/1048.89		38.1/37.55	44.01/43.87	201.61/182.92	1463.51/1329.34	