

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ

Искоркина С.А



05 мая 2025год

| 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 с сахаром          | 150        |              |              | 8.98          | 30            | 200             |              |              | 11.98         | 45             |
| Итого                          |                        |            | <b>8.44</b>  | <b>12.75</b> | <b>38.12</b>  | <b>297.7</b>  |                 | <b>11.82</b> | <b>17.42</b> | <b>52.46</b>  | <b>413.9</b>   |
| 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     | 125        | 3.0          | 4.27         | 14.6          | 175.33        | 140             | 4.5          | 6.4          | 21.09         | 263            |
|                                | 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>13.14</b> | <b>12.54</b> | <b>61.75</b>  | <b>491.69</b> |                 | <b>21.79</b> | <b>15.75</b> | <b>78.88</b>  | <b>641.94</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>22.98</b>  | <b>101.65</b> |                 | <b>1.91</b>  | <b>1.6</b>   | <b>24</b>     | <b>111.65</b>  |
| Всего                          |                        |            | <b>23.24</b> | <b>26.62</b> | <b>112.85</b> | <b>891.04</b> |                 | <b>35.52</b> | <b>34.77</b> | <b>155.34</b> | <b>1055.84</b> |