



ГБНУ ВНИИ
Заряковский МБДОУ детский сад №2 сад

Сева Новаркина
Васильева С.А.
Сад №2
Сева Новаркина
От 3-х до 4-х лет

25 октября 2024г

Прием пищи	Наименование блюда	До 3-х лет									
		выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Каша 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			6.97	8.95	41.65	296		9.56	13.52	63.19	395.9
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			9.38	17.4	61.53	452.96		11.99	25.01	76.94	590.13
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			1.66	1.33	22.7	101.65		1.91	1.6	24	111.65
Всего			18.01	27.68	131.88	850.61		23.46	40.13	107.13	1097.68