

Утверждаю
Заведующий МАДОУ «Детский сад №8»
_____ А.В.Янковецкая
Приказ от 02.10.2023 №1 §32

.Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 1								
Завтрак	Суп ячневый молочный	150/200	3,60/4,16	4,11/5,81	10,28/12,18	109,73/138,95	1,05/1,15	94
	Чай с молоком	180/200	3,74/4,30	3,40/5,11	15,25/25,5	91,77/126,72	1,05/1,15	394
	Бутерброд с маслом	30/35	2,14/2,94	3,06/4,83	15,31/17,32	85,55/123,75		1
Итого		360/535	9,48/11,4	10,57/15,75	40,84/55,0	286,96/389,42		
Второй завтрак	Сок	100/120	2,12/2,8		10,21/13,75	71,74/97,36	2,00	365
Итого		100/120	2,12/2,8		10,21/13,75	71,74/97,36	4,00/4,10	
Обед	Суп овощной	150/200	6,98/8,33	6,53/7,05	13,91/15,60	94,57/153,14	19,62/23,57	79
	Плов из птицы	160/180	7,43/9,55	8,77/8,98	28,79/33,65	208,81/262,92	2,44/2,44	304
	Винегрет овощной	60/80	0,81/1,66	3,00/5,00	6,32/8,0	64,53/87,49	5,67/6,80	45
	Компот из сухофруктов	150/200	0,14/0,18		16,79/19,08	65,32/86,0	0,20/0,25	376
	Хлеб ржаной	30/40	1,48/1,88	0,87/1,02	15,66/19,92	68,95/91,93		148
Итого		550/700	16,84/21,6	19,17/22,05	81,47/96,25	502,18/681,48	27,93/33,06	
Полдник	Пудинг из творога	140/160	11,37/15,49	14,11/21,15	21,68/29,35	245,58/275,38		235
	Соус молочный сладкий	50/60	2,14/4,14	4,05	23,72/31,55	78,36/119,28	3,00	351
	Чай	150/200			9,98/20,6	40,92/81,84		392
	Фрукт	95/100	0,45/0,75		16,30/28,50	65,58/107,63	12,30/15,50	368
Итого		445/520	13,96/20,2	18,16/25,2	71,68/110,0	430,44/584,13	15,30/18,50	
Всего за день			42,4/56,0	47,9/63,0	204,2/275,0	1434,8/1947,1	47,23/55,66	

