

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

.Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 2								
Завтрак	Каша молочная Геркулес	150/200	3,57/4,37	5,25/6,07	14,96/19,17	100,77/114,54	1,05/1,15	168
	Кофейный напиток с молоком	180/200	2,98/3,30	1,73/2,11	14,79/18,07	79,27/119,24	1,05/1,15	395
	Бутерброд с сыром	30/42	2,07/3,93	3,97/7,07	16,41/19,56	100,74/136,52		3
Итого		360/442	8,62/11,6	11,95/15,25	46,16/56,8	280,78/369,3		
Второй завтрак	Сок	100/120	2,17/2,95		15,29/17,95	70,2/92,32	2,00	365
Итого		100/120	2,17/2,95		15,29/17,95	70,2/92,32	3,10/3,30	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	150/200	3,82/4,17	5,45/8,45	11,56/19,86	93,53/114,42	19,62/23,57	57
	Пюре картофельное	110/130	4,81/5,44	6,90/7,03	21,44/23,84	144,84/182,55		321
	Рыба запеченная с овощами	60/80	5,97/7,36	0,95/1,15	9,14/10,14	40,28/65,32	0,94	255
	Салат из помидор и огурцов	40/60	0,48/0,54	3,00/4,27	3,29/4,61	41,66/50,22	15,48/19,35	15
	Компот из сухофруктов(изюм	150/200	0,14/0,18		15,79/18,08	65,32/85,77	0,20/0,25	376
	Хлеб ржаной	30/40	1,48/1,88	0,21/0,28	14,94/19,92	71,95/91,93		148
Итого		540/710	17,19/20,55	19,51/25,45	77,61/100,65	491,4/646,28	37,09/44,96	
Полдник	Пирог открытый	160/180	8,93/10,17	10,54/12,72	31,84/37,99	208,22/275,53	26,06/28,46	459
	Суп гречневый молочный	150/200	3,94/4,41	4,73/6,21	12,61/19,45	119,11/143,35	1,05/1,15	94
	Чай	180/200			9,86/11,96	30,92/41,84		392
	Хлеб пшеничный	30/40	2,49/3,32	1,07/1,37	12,43/15,20	62,92/97,23		147
Всего за день			43,4/53,0	47,8/61,0	205,8/259,0	1403,9/1846,5	68,3/77,87	