

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 4								
Завтрак	Суп рисовый молочный	150/200	5,16/6,71	5,73/7,27	14,66/15,81	116,48/139,14	1,05/1,15	94
	Чай	180/200			9,98/17,96	38,45/71,37		392
	Бутерброд с повидлом	40/45	4,08/4,09	5,95/7,73	17,62/17,63	126,57/152,01	0,45	2
Итого		370/445	9,24/10,8	11,68/15,0	42,26/51,4	281,5/362,52		
Второй завтрак	Сок	100/120	2,31/2,7		10,57/12,7	70,4/90,63	2,00	365
Итого		100/120	2,31/2,7		10,57/12,7	70,4/90,63	3,5/3,6	
Обед	Суп гороховый с гренками	150/200	7,53/8,33	3,19/4,22	21,26/24,36	113,70/211,34	8,03/8,78	81
	Каша гречневая рассыпчатая	100/110	0,72/2,12	3,17/3,60	17,31/18,11	49,76/52,25	9,17/9,91	313
	Котлеты рубленые из птицы	60/70	7,08/7,52	3,59/3,75	5,00/9,6	84,02/87,27	0,94	305
	Соус сметанный с луком	40/70	1,13/0,87	5,86/5,98	4,76/5,86	67,38/68,39	0,85	356
	Салат из помидор	40/60	0,40	3,00	1,97	38,42/45,42	1,88	14
	Компот из сухофруктов	150/200	0,14/0,18		18,84/19,08	70,32/77,81	0,20/0,25	376
	Хлеб ржаной	30/40	1,48/1,88	0,21/0,28	14,94/19,92	68,95/91,93		148
Итого		570/750	18,48/21,3	19,02/24,0	84,08/103,9	492,55/634,41	21,07/22,61	
Полдник	Макароны отварные с сыром	140/160	13,60/15,38	10,3/20,36	34,33/36,93	285,17/313,60		206
	Чай	150/200	0,02		10,33	42,52	2,00	392
	Хлеб пшеничный	30/40	2,10/3,05	0,39/0,64	14,43/15,24	48,93/87,23		147
	Фрукт	150/180	0,45/0,75		15,30/20,50	45,58/100,43	12,30/15,50	368
Итого		470/580	16,17/19,2	16,01/21,0	74,39/83,0	422,2/543,78	2,00/2,00	
Всего за день			46,2/54,0	46,7/60,0	211,3/254,0	1407,3/1812,6		