

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 5								
Завтрак	Каша молочная манная	150/200	3,50/5,03	4,49/5,34	13,72/15,86	115,07/143,19	1,05/1,15	168
	Бутерброд с маслом	30/40	2,02/2,03	3,77/5,42	14,31/15,32	74,05/99,49		1
	Кофейный напиток с молоком	180/200	2,54/3,74	3,82/4,74	12,73/15,82	91,94/109,62	1,05/1,15	395
Итого		360/435	8,06/10,8	12,08/15,5	40,76/47,0	281,06/352,3		
Второй завтрак	Сок	100/120	2,01/2,7		10,19/11,75	70,3/88,07	2,00	365
Итого		100/120	2,01/2,7		10,19/11,75	70,3/88,07	4,1/4,30	
Обед	Свекольник с мясом, сметанной	150/200	4,25/4,67	4,09/4,16	8,58/11,45	90,05/95,98	14,02/15,57	58
	Пюре картофель.	110/120	2,37/2,77	4,54/4,61	20,32/23,70	135,26/151,37		321
	Суфле из печени	60/70	5,83/7,83	4,98/6,17	3,05/5,05	81,08/108,30	0,94	284
	Соус томатный с овощами	30/40	0,24	3,00	1,35	33,82/66,9		349
	Салат из соленых огурцов с луком	60/70	0,88/0,98	3,00	2,17/3,48	39,80/41,48	6,44/7,24	19
	Компот из сухофруктов -изюм	150/200	0,14/0,18		15,79/17,08	65,32/70,77	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		590/740	16,13/21,3	19,73/24,7	81,33/92,25	491,9/616,52	21,6/24,0	
Полдник								
	Рыба, запеченная под омлетом	200/220	5,81/9,16	10,3/13,48	36,83/28,52	132,95/174,46	0,94	250
	Чай	180/200			7,98/19,96	40,92/81,84		392
	Хлеб пшеничный	30/40	1,56/3,32	0,39/2,52	10,43/19,24	72,92/97,34		147
	Печенье	40	6,72	5,8	16,28	174,81		
Итого		450/500	14,09/19,2	16,49/21,8	71,52/84,0	421,6/528,45	0,94	
Всего за день			40,3/54,0	48,3/62,0	203,8/235,0	1405,3/1761,5	26,68/29,24	

