

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 7								
Завтрак	Каша молочная Геркулес	150/200	4,37/4,55	5,64/6,07	11,87/16,34	79,14/114,88	1,05/1,15	168
	Яйцо отварное	40	1,08	0,65	3,92	6,21		213
	Бутерброд с маслом	28/30	1,02/1,03	2,77/3,42	13,31/17,32	104,05/119,49		1
	Кофейный напиток с молоком	180/200	2,10/3,74	3,06/4,41	11,00/14,82	91,66/104,06	1,05/1,15	395
Итого		398/470	8,5/10,4	12,12/14,25	40,1/52,4	281,06/344,64		
Второй завтрак	Сок	100/120	2,13/2,6		10,0/13,1	70,3/86,16	2,00	365
Итого		100/120	2,13/2,6		10,0/13,1	70,3/86,16	4,1/4,3	
Обед	Суп картофель. с мясными фрикадель.	150/200	5,14/5,86	5,77/5,92	15,07/19,26	117,48/122,60	7,64/8,39	83
	Рис отварной	100/110	4,81/5,44	5,90/6,03	22,44/25,84	144,84/166,65		315
	Бефстроганов из мяса	60/80	5,36/6,84	6,98/9,0	1,37/3,54	77,29/102,61	0,85	278
	Огурчик нарезной	40	0,28		1,28	6,40	1,88	57
	Компот из сухофруктов -изюм	150/200	0,14/0,18		20,79/31,06	69,92/111,69	0,20/0,25	376
	Хлеб ржаной	30/40	1,48/1,88	0,35/1,0	18,88/19,92	78,95/91,93		148
Итого		530/690	17,13/20,4	19,0/21,95	80,25/105,7	491,9/603,12	25,69/26,49	
Полдник	Пирожок печеный с капустой	180/200	8,68/10,85	10,54/11,72	29,46/34,42	209,43/267,94	26,06/28,46	142
	Суп ячневый молочный	150/200	3,60/4,43	6,11/7,81	16,28/17,18	108,33/119,95	1,05/1,15	94
	Чай	150/200			9,98/19,96	40,92/51,84		392
	Хлеб пшеничный	30/40	2,47/3,32	0,75/1,27	14,43/19,24	62,92/77,23		147
Итого		510/640	14,75/18,6	17,4/20,8	70,15/90,8	421,6/516,96	27,11/29,61	
Всего за день			42,5/52,0	48,5/57,0	200,5/262,0	1405,4/1723,2	56,9/60,4	

Утверждаю