

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 8								
Завтрак	Суп пшеничный молочный	150/200	3,60/4,21	4,11/5,81	12,28/14,18	103,33/129,95	1,05/1,15	94
	Чай с молоком	180/200	2,32/4,30	4,41/5,11	12,82/16,72	70,37/102,72	1,05/1,15	394
	Бутерброд с повидлом	40/45	2,08/2,09	3,03/4,08	15,72/20,1	105,8/131,49	0,45	2
Итого		370/445	8,0/10,6	11,55/15,0	40,82/51,0	279,5/364,16		
Второй завтрак	Сок	100/120	2,0/2,65		10,2/12,75	69,9/91,04	2,00	365
Итого		100/120	2,0/2,65		10,2/12,75	69,9/91,04	4,55/4,75	
Обед	Рассольник ленинградский	150/200	6,21/9,28	7,88/9,06	21,26/25,42	151,92/193,63	14,02/15,57	76
	Жаркое по-домашнему	180/200	7,98/10,06	9,08/11,66	21,69/27,21	217,01/279,71	0,14/0,16	276
	Помидор нарезной	40/60	0,20		1,7/3,0	3,42/7,73	17,00	58
	Компот из свежих ягод	150/200	0,05		19,88/23,88	44,82/63,03	3,00	375
	Хлеб ржаной	30/40	1,48/1,88	1,21/4,28	17,29/26,46	68,95/94,51		148
Итого		550/680	16,0/21,55	18,17/24,0	81,4/104,25	489,1/637,28	19,04/20,61	
Полдник	Запеканка капустная	200/220	11,43/14,71	15,41/19,48	16,56/18,91	217,73/257,86	19,04/20,61	152
	Чай	150/200	0,02		19,35/20,35	63,02/83,52	2,00	392
	Чай- заварка № 391	20						
	Хлеб пшеничный	30/40	2,1/2,72	1,07/1,52	17,43/22,24	72,92/97,23		147
	Фрукт	100/130	0,45/0,75		18,30/25,50	65,58/107,63	12,30/15,50	368
Итого		480/590	14,0/18,2	16,48/21,0	71,64/87,0	419,25/546,24	33,34/38,11	
Всего за день			40,0/53,0	46,2/60,0	204,1/255,0	1397,5/1820,8	56,93/63,47	