

заведующий МБДОУ «Благодарновский детский сад»

УТВЕРЖДАЮ
И.И. Машкова

День 10		дата 06.05.2024											
Прием пищи	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход блюда	Для детей от 1,5 до 3 лет				Для детей от 3 до 7 лет				Энергетическая ценность	
				Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность
				белки	жиры	углеводы			белки	жиры	углеводы		
завтрак	Каша молочная «Дружба» (рис, пшено, молоко, сахар, масло сливочное, соль.)	54-16к-2020	150/4	4,81	6,66	25,11	179,11	20/5	6,55	8,33	35,09	241,11	
завтрак	Кофейный напиток (кофейный напиток, сахар, молоко)	54-23-гн-2020	150	2,38	2	11,96	75,83	180	2,15	23,14	10,9	72,72	
завтрак	Бутерброд с маслом (хлеб пшеничный, масло сливочное)	1	20/5	1,53	4,72	9,14	85	30,5	2,14	6,8	13,16	122,4	
Итого за завтрак			325	8,72	13,38	46,21	339,94	235	10,84	38,27	59,15	436,23	
второй завтрак	Фрукты (яблоко)		150	0,63	0,63	15,43	73,71	200	0,84	0,84	20,58	98,28	
Итого за второй завтрак			150	0,63	0,63	15,43	73,71	200	0,84	0,84	20,58	98,28	
обед	Суп картофельный с макаронными изделиями (макаронные изделия, картофель, лук, морковь, масло растительное, соль)	54-7с-2020	150	1,7	1,7	13,06	74,45	200	2,26	2,29	17,41	99,27	
обед	Тефтели рыбные (минтай, хлеб пшеничный, яйцо, мука, масло растительное, лук, соль)	293	70	8,63	4,65	7,68	107,93	70	8,63	4,65	7,68	107,93	
обед	Капуста тушеная (капуста, морковь, сахар, томат пюре, мука, лук, масло растительное, соль)	54-21г-2020	120	2,13	4,09	10,43	87,38	150	2,71	6,12	14,36	123,77	
обед	Компот из сухофруктов (сухофрукты, сахар)	54-1хн-2020	150	0,1	0	7,03	28,5	180	0,13	0	9,25	37,46	
обед	Хлеб пшеничный		30	2,37	0,3	14,49	70,8	50	4,05	0,5	24,4	121	
Итого за обед			520	14,93	10,74	397,56		650	17,78	13,56	73,1	489,43	
полдник	Булочка «Домашняя» (мука, сахар, маргарин, яйцо, соль, масло растительное, дрожжи)	274	60	4,37	7,07	36,8	228,2	70	5,09	8,24	42,9	266,23	
полдник	Чай с сахаром (чай, сахар)		150	0,09	0,015	5,02	20,61	180	0,09	0,02	7,01	28,54	
Итого за полдник			210	4,46	7,085	41,82	248,81	250	5,17	8,26	49,91	294,77	
Итого за день			1160	36,1	42,76	155,57	1216,98	1410	34,75	42,19	182,25	1339,73	