

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МБДОУ «Благодарновский детский сад»
И. И. Машкова

День 7		Дата 31.05.2024										
		Для детей от 1,5 до 3 лет						Для детей от 3 до 7 лет				
Прием пищи	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
				белки	жиры	углеводы			белки	жиры	углеводы	
завтрак	Каша молочная рисовая (рис, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	99	150/5	3,84	4,97	24,46	157,6	200/5	5,12	6,62	32,61	210,13
завтрак	Чай с сахаром витаминизированный (чай, сахар, витамин С)	54-2гн-2022	150	0,09	0,015	5,02	20,61	180	0,09	0,02	7,01	28,54
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	5,46	9,705	38,62	263,21	415	7,35	13,44	52,78	150,94
второй завтрак	Фрукты (яблоко)		150	0,63	0,63	15,43	73,71	200	0,84	0,84	20,58	98,28
Итого за завтрак			150	0,63	0,63	15,43	73,71	200	0,84	0,84	20,58	98,28
обед	Суп гороховый (горох, картофель, морковь, лук, масло растительное, соль)	36	150	1,4	2,33	8,17	59,27	200	4,93	4,3	18,36	132,18
обед	Котлеты рыбные (минтай, молоко, хлеб пшеничный, яйцо, масло сливочное, соль)	54-3р-2020	65	8,26	1,82	5,24	71,25	65	8,26	1,82	5,24	71,25
обед	Картофель отварной в молоке (картофель, молоко, масло сливочное, соль)	54-10г-2020	120	2,82	5,1	15,88	120,63	150	3,33	5,07	18,8	132
обед	Кисель из концентрата (кисель, сахар)	233	150	0	0	7,5	89,25	180	0	0	10	119
обед	Хлеб пшеничный		30	2,37	0,3	14,49	70,8	50	4,05	0,5	24,4	121
Итого за обед			515	14,85	9,55	51,28	411,2	645	20,57	11,69	76,8	575,43
полдник	Булочка «Ванильная» (мука, сахар, маргарин, яйцо, соль, дрожжи, масло растительное)	273	60	8,81	5,45	35	215,2	60	8,81	5,45	35	215,2
полдник	Молоко кипяченое (молоко)	72	150	4,48	4,48	7,57	85					
полдник	Чай с сахаром (чай, сахар)	54-2гн-2020						180	0,09	0,02	7,01	28,54
Итого за полдник			210	13,29	9,93	42,57	300,2	240	8,9	5,47	42,01	243,74
Итого за день			1200	34,35	29,185	147,62	1037,91	1480	37,72	30,6	189,77	1046,11