

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида №32 п. Раздольное»
 Возрастная категория: от 1 до 3 лет



УТВЕРЖДАЮ:

И.о. заведующей МБДОУ ДСОВ №32

О. Кияткина

Прием пищи	Раздел	№ реч. (№ сборника)	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	222 (10)	Омлет натуральный	80	113	3,1	9,5	1,1	
			Кабачковая икра	50	35,1	0,54	2,12	2,47	
			Какао с молоком	180	70	2,7	2,0	9,9	
			Хлеб пшеничный	40	64,33	1,84	0,64	18,5	
	масло	ТТК 2583 (12)	Масло сливочное	5	37,5	0,05	4,12	0,05	
Итого за завтрак				355	319,93	8,23	18,38	32,02	
Завтрак 2	фрукты	847(4)	Фрукты свежие	100	44,65	0,38	0,38	9,31	
Итого за 2 завтрак									
обед	закуска	198 (8)	Салат из квашеной капусты с луком	30	50,69	0,72	4,55	1,46	
			Суп картофельный с мясными фрикадельками	130/20	149,88	5,66	2,4	15,2	
			Рыба припущенная	50	157	6,5	3,8	0,3	
			Макаронные изделия отварные	110	95	4,3	2,4	24,7	
			Компот из консервированных фруктов.	150	92	0,41	0,08	19,13	
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	30	48,28	1,38	0,48	13,92	
Итого за обед				520	592,82	18,97	13,71	74,71	
полдник	Кондит.изделие напиток	257 (10) 294 (10)	Пирог с повидлом	50	141	3,1	1,5	26,9	
			Напиток лимонный	150	54	0,1	0,01	14,1	
Итого за полдник				200	195	3,2	1,51	41	
ужин	блюдо Гор. напиток хлеб	153 (10) 282 (4) 147 (10)	Рагу из овощей	180	198	9,1	10,9	14,8	
			Чай с сахаром	180	18	0,1	0,02	4,6	
			Хлеб пшеничный	40	64,33	1,84	0,64	18,5	
Итого за ужин				400	280,33	11,04	11,54	37,9	
Итого за день					135,98 1432,73	41,82	45,54	194,94	

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего
 Возрастная категория: от 3 до 7 лет



Прием пищи	Раздел	№ рец. (№ сборника)	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	222 (10)	Омлет натуральный	90		165	4,8	13,8
		93 (8)	Кабачковая икра	60		46,8	0,72	2,83
		288 (11)	Какао с молоком	200		100	3,6	3,3
		147 (10)	Хлеб пшеничный	50		85,77	2,46	0,86
	масло	ТТК 2583 (12)	Масло сливочное	6		45	0,06	4,94
Итого за завтрак						442,57	11,64	25,43
Завтрак 2	фрукты	847(4)	Фрукты свежие	110		47	0,4	0,4
Итого за 2 завтрак								9,8
обед	закуска	198 (8)	Салат из квашеной капусты с луком	50		67,58	0,96	5,06
		41 (8)	Суп картофельный с мясными фрикадельками	155/25		212,44	7,12	3,52
		78 (10)	Рыба припущенная	70		196	5,3	3,2
		215 (10)	Макаронные изделия отварные	130		126	7,20	4,7
		1 (6)	Компот из консервированных фрукт.	180		99,26	0,51	0,1
		147 (10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0,64
Итого за обед				650		765,61	22,93	17,22
полдник	Кондит.изделие напиток	257 (10)	Пирог с повидлом	70		197	4,3	2,2
		294 (10)	Напиток лимонный	180		73	0,1	0,02
Итого за полдник				250		270	4,4	2,22
ужин	блюдо	153 (10)	Рагу из овощей	200		264	12,1	14,5
		282 (4)	Чай с сахаром	200		25	0,1	0,03
		147 (10)	Хлеб пшеничный	50		85,77	2,46	0,86
Итого за ужин				450		374,77	14,66	15,39
Итого за день					148,47	1899,95	54,03	60,66
								243,69

УТВЕРЖДАЮ:

апреля 2024 г.