

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида № 32 п. Раздольное

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

5 февраля 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:
/Н. В. Кирильченко/
Заведующий МБДОУ ДСОВ №32

Прием пищи	Раздел	№ реч. (№ сборника)	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	294 (4)	Сырники из творога	110		240,9	13,2	4,9	24,5
	Соус	237 (10)	Соус сметанный сладкий	40		35,35	0,2	1,0	6,39
	Гор. напиток	286 (12)	Кофейный напиток с молоком	200		89	2,8	2,2	14,8
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	50		85,77	2,46	0,86	16,74
	масло	(12)	Масло сливочное	5		45	0,06	4,94	0,06
Итого за завтрак				406		496,02	18,72	13,9	62,49
Завтрак 2	сок	442 (2)	Сок фруктовый	120		99	0,96	0	22,92
Итого за 2 завтрак									
обед	закуска	24 (8)	Салат из кукурузы с луком репчатым	50		67	1,57	5,08	3,9
	1 блюдо	25 (8)	Рассольник ленинград. с мясом и смет.	180		137,55	3,9	5,0	14,94
	2 блюдо	394 (10)	Тефтели рыбные	70		191	9,8	10	13,2
	соус	236 (10)	Соус томатный	30		22	0,3	1,4	1,9
	гарнир	141 (10)	Картофельное пюре	130		137	3,1	4,6	20,1
	напиток	54 (8)	Компот из свежих фруктов	180		60	0,16	0,16	15,89
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0,64	18,56
Итого за обед				680		678,88	20,67	26,88	88,49
полдник	Кондит. изделие	103 (4)	Вафля	70		359,8	2,33	11,54	43,86
	напиток	282 (4)	Чай с сахаром	180		25	0,1	0,03	9,1
Итого за полдник				250		384,8	2,43	11,57	53,06
ужин	блюдо	216 (8)	Макароны запеченные с сыром	200		318	9,7	15,1	32,6
	Гор. напиток	300 (10)	Кисель из концентрата	200		76	0	0	20
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	50		85,77	2,46	0,86	16,74
Итого за ужин				450		479,77	12,16	15,96	69,34
Итого за день					183,37	2138,47	54,94	68,31	296,3

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида №32 п. Раздольное

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

5 февраля 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:

/Н. В. Кирильченко/

Прием пищи	Раздел	№ реч. (№ сборника)	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	294 (4)	Сырники из творога	95		158	12,6	9,4	15,3
	Соус	237 (10)	Соус сметанный сладкий	30		26,32	0,2	0,7	4,89
	Гор. напиток	286 (12)	Кофейный напиток с молоком	180		66	2,1	1,7	11
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0,64	18,56
	масло	(12)	Масло сливочное	5		37,5	0,05	4,12	0,05
Итого за завтрак				350		352,15	16,79	16,56	49,8
Завтрак 2	сок	442 (2)	Сок фруктовый	100		82,5	0,8	0	19,1
Итого за 2 завтрак									
обед	закуска	24 (8)	Салат из кукурузы с луком репчатым	30		50,25	1,18	3,81	2,93
	1 блюдо	25 (8)	Рассольник ленинград. с мясом и смет.	150		93,16	2,92	3,76	17,21
	2 блюдо	394 (10)	Тефтели рыбные	50		117	2,4	6,7	16,1
	соус	236 (10)	Соус томатный	20		14	7,8	0,9	8,8
	гарнир	141 (10)	Картофельное пюре	110		99	0,2	3,7	1,2
	напиток	54 (8)	Компот из свежих фруктов	150		45	0,12	0,12	11,92
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	30		48,25	1,38	0,48	13,92
Итого за обед				540		466,66	16,0	19,47	72,08
полдник	Кондит.изделие	103 (4)	Вафля	50		246	1,67	9,27	31,33
	напиток	282 (4)	Чай с сахаром	150		18	0,1	0,02	4,6
Итого за полдник				200		264	1,77	9,29	35,93
ужин	блюдо	216 (8)	Макароны запеченные с сыром	180		226	7,3	11,8	23,55
	Гор. напиток	300 (10)	Кисель из концентрата	180		57	0	0	15
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0,64	18,56
Итого за ужин				400		347,33	9,14	12,44	57,11
Итого за День					136,11	1512,64	44,5	57,76	234,02