

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

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

10 января 2015 г.



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ ДСОВ №32

Н. В. Кирильченко/

Прием пищи	Раздел	№ рец. (№ сборника)	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	148(10)	Каша молочная с манной крупой	150		95,54	3,06	3,26	11,16
	Гор. напиток	286 (12)	Кофейный напиток на молоке	160		66	2,1	1,7	11
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0,64	18,56
	масло	257 (4)	Масло сливочное	5		37,5	0,05	4,12	0,05
Итого за завтрак				355		263,37	7,05	9,72	40,77
Завтрак 2	фрукты	847(4)	Фрукты свежие	100		44,65	0,38	0,38	9,31
Итого за 2 завтрак									
обед	закуска	45(12)	Салат луковый	30		23	0,3	1,8	1,4
	1 блюдо	148(10)	Суп-лапша домашняя с курицей	150		85,05	2,16	2,76	12,54
	2 блюдо	369 (10)	Рыба отварная с соусом польским	50/20		108	11,5	4,7	0,7
	гарнир	153 (10)	Рагу из овощей	110		179,4	7,3	8,7	12,7
	напиток	1 (6)	Компот из консервированных фруктов	150		92	0,41	0,08	19,13
Итого за обед				30		48,25	1,38	0,48	13,92
полдник	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	540		535,73	23,05	18,52	60,39
	Кондит.изделе	105 (4)	пряник	50		234,1	2	7,5	34,94
	напиток	ТТК 2345	Кисломолочный продукт	150		86	6,15	2,75	8,85
	Итого за полдник			200		320,1	8,15	10,25	43,79
ужин	блюдо	417 (4)	Макароны отварные с овощами	180		63	5,1	4,6	0,3
	Гор. напиток	282 (4)	Чай с сахаром	180		18	0,1	0,02	4,6
	хлеб	147(10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0,64	18,56
	Итого за ужин			400		180,43	7,58	7,38	26,93
Итого за День						165,67	1344,28	46,21	181,19

УТВЕРЖДАЮ:

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

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

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

10 января 2015 г.

Прием пищи	Раздел	№ реч. (№ сборника)	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	148(10)	Каша молочная с манной крупой	170		106,05	4,08	4,35	14,88
	Гор. напиток	286 (12)	Кофейный напиток на молоке	180		89	2,8	2,2	14,8
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	50		85,77	2,46	0,86	16,74
	масло	257 (4)	Масло сливочное	6		45	0,06	4,94	0,06
Итого за завтрак				406		325,82	9,4	12,35	46,48
Завтрак 2	фрукты	847(4)	Фрукты свежие	110		47	0,4	0,4	98
Итого за 2 завтрак									
обед	закуска	45(12)	Салат луковый	50		34	0,4	2,7	2,1
	1 блюдо	148(10)	Суп-лапша домашняя с курицей	180		98,44	2,72	3,62	17,48
	2 блюдо	369 (10)	Рыба отварная с соусом польским	70/30		122	8,3	6,3	15,8
	гарнир	153 (10)	Рагу из овощей	130		198	7,1	10,9	11,44
	напиток	1 (6)	Компот из консервированных фруктов	180		99,26	0,51	0,1	23,91
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0,64	18,56
Итого за обед				680		616,03	20,87	24,26	89,29
полдник	Кондит. изделие	105 (4)	пряник	70		301,04	2,8	10,5	51,7
	напиток	ТТК 2345	Кисломолочный продукт	180		114,7	8,2	3,67	11,8
Итого за полдник				250		415,7	11,0	14,17	63,5
ужин	блюдо	417 (4)	Макароны отварные с овощами	200		109,8	5,82	7,43	4,93
	Гор. напиток	282 (4)	Чай с сахаром	200		25	0,1	0,03	9,1
	хлеб	147(10)	Хлеб пшеничный	50		85,77	2,46	0,86	16,74
Итого за ужин				450		220,57	8,38	8,32	30,77
Итого за день					169,51		50,05	59,5	239,84