

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

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

10 марта 2025 г.

Прием пищи	Раздел	№ р.э.ц. (№ сбор-ника)	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	223(4)	Омлет с зеленым горошком	150		307,5	12,25	15,3	21,4
	Гор. напиток	283(4)	Чай с молоком сахаром	200		59	1,4	1,1	11,3
	хлеб	147(10)	Хлеб пшеничный	50		85,77	2,45	0,86	16,74
	Масло сливочное	ТК 2583 (12)	Масло сливочное	6		45	0,06	4,94	0,06
Итого за завтрак									
Завтрак 2	фрукты	847(4)	Фрукты свежие(яблоко)	110		47	16,17	22,2	49,5
Итого за 2 завтрак							0,4	0,4	9,8
обед	закуска	45(12)	Салат луковый	50		34	0,4	0,4	9,8
	1 блюдо	160(15)	Уха ростовская	180		118,33	4,53	3,87	26,39
	гарнир	153(10)	Рагу из овощей	130		189	7,3	9,09	13,8
	2 блюдо	300(18)	Птица отварная	70		147,8	9,66	4,95	-
	напиток	54(8)	Компот из свежих фруктов	180		60	0,15	0,16	15,89
	хлеб	147(10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0,64	13,92
Итого за обед							23,94	21,41	72,1
полдник	Кондит. изделие	18(13)	Батон нарезной с повидлом	50/20		195	1,5	4,3	38,7
	напиток	280(10)	Молоко кипяченое	180		106	5,5	5,6	8,6
Итого за полдник									
ужин	блюдо	54(24)	Рис с овощами	200		229,73	7,0	9,9	47,3
	Гор. напиток	282(4)	Чай с сахаром	200		25	3,65	5,74	47,96
	хлеб	147(10)	Хлеб пшеничный	50		85,77	0,1	0,03	9,1
Итого за ужин							2,45	0,86	16,74
Итого за день					183,52		6,21	6,63	73,8
							53,72	60,54	252,5

И.О. заведующего МБДОУ ДСОВ №32

И.О. И. Киягина/



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

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

10 марта 2025 г.

И.О.Заведующего МБДОУ ДСОВ №32
/И.О.Д.Киткина/

УТВЕРЖДАЮ:

Прием пищи	Раздел	№ р.э.сборника	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	223(4)	Омлет с зеленым горошком	130	233,17	10,5	13,2	13,46	
	Гор. напиток	283(4)	Чай с молоком сахаром	180	43,2	1,32	0,96	7,4	
	хлеб	147(10)	Хлеб пшеничный	40	64,33	1,84	0,64	13,92	
	Масло сливочное	ТК 2583 (12)	Масло сливочное	5	37,5	0,05	4,12	0,05	
	Итого за завтрак					13,71	18,92	34,83	
Завтрак 2	Фрукты	847(4)	Фрукты свежие(яблоко)	100	44,65	0,38	0,38	9,31	
обед	закуска	45(12)	Салат луковый	30	23	0,3	1,8	1,4	
	1 блюдо	160(15)	Уха ростовская	150	81,94	3,05	2,39	18,55	
	гарнир	153(10)	Рату из овощей	110	179,4	7,1	8,7	12,7	
	2 блюдо	300(18)	Птица отварная	50	88,57	7,04	3,83	-	
	напиток	54(8)	Компот из свежих фруктов	150	45	0,12	0,12	11,92	
Итого за обед	хлеб	147(10)	Хлеб пшеничный	30	48,25	1,38	0,48	12,56	
	Итого за обед					18,99	17,32	57,13	
полдник	Кондит.изделие	18(13)	Батон нарезной с повидлом	40/10	144	1,2	3,2	30,4	
	напиток	280(10)	Молоко кипяченое	150	79	4,1	4,2	6,4	
ужин	блюдо	54(24)	Рис с овощами	180	201,36	2,63	4,39	41,22	
	Гор. напиток	282(4)	Чай с сахаром	180	21,6	0,1	0,02	5,5	
Итого за ужин	хлеб	147(10)	Хлеб пшеничный	40	64,33	1,84	0,64	13,92	
	Итого за день				165,77	42,95	49,07	198,71	