

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

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

14 марта 2025 г.

И.О.Заведующего МБДОУ ДСОВ №32
/И.О. Кириллова/

УТВЕРЖДАЮ:

Прием пищи	Раздел	№ рец. (№ сборника)	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	75 (10)	Суп молочный с крупой овсяной	150		82	1,8	3,5	9,15
	Гор. напиток	284 (4)	Чай с лимоном сахаром	160		27	0,1	0,03	6,5
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0,64	18,56
	масло	ТТК 2583 (12)	Масло сливочное	5		37,5	0,05	4,12	0,05
Итого за завтрак				355					
Завтрак 2	фрукты	847(4)	Фрукты свежие	100		210,33	3,79	8,29	34,26
Итого за 2 завтрак						44,65	0,38	0,29	9,79
обед	закуска	24 (8)	Салат с зеленого горошка с луком репчатым	30		50,25	1,18	3,81	2,93
	1 блюдо	70 (8)	Свекольник с мясом и со сметаной	150		87	2,53	3,9	8,26
	2 блюдо	306 (2)	Голубцы ленивые	130		251,08	15,15	10,56	15,54
	напиток	292 (10)	Компот из смеси сухофруктов	150		67	0,7	0,03	15,4
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	30		48,25	1,38	0,48	13,92
Итого за обед				490		503,58	17,94	18,78	56,05
полдник	Кондит.изделие	104 (4)	Печенье	50		208,5	3,75	4,88	35,25
	напиток	280 (10)	Молоко кипяченое	150		79	4,1	4,2	6,4
Итого за полдник				200		350,5	12,95	13,68	43,95
ужин	блюдо	141 (10)	Картофельное пюре	120		109	2,4	3,7	15,1
		58 (8)	Рыба тушеная с овощами	70		70,83	6,7	3,47	27,32
	Гор. напиток	282 (4)	Чай с сахаром	170		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		262,21	11,04	7,83	69,58
Итого за день					97,25	1371,77	46,1	48,87	213,63

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

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

И.о.заведующего МБДОУ ДООВ №32
И.о. воспитателя
И.о. воспитателя

14 марта 2025 г.

Прием пищи	Раздел	№ реч. (№ сборника)	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	75 (10)	Суп молочный с крутой овсяной	170		137	2,1	4,6	12,9
	Гор. напиток	284 (4)	Чай с лимоном сахаром	180		38	0,2	0,03	9,3
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	50		85,77	2,45	0,86	16,74
	масло	ТТК 2583 (12)	Масло сливочное	60		45	0,06	4,94	0,06
Итого за завтрак				406		305,7	4,82	10,43	39
Завтрак 2	фрукты	847(4)	Фрукты свежие	110		47	0,4	0,3	10,3
Итого за 2 завтрак									
обед	закуска	24 (8)	Салат с зеленого горошка с луком репчатым	50		67	1,57	5,08	3,9
	1 блюдо	70 (8)	Свекольник с мясом и со сметаной	180		116,11	3,38	5,2	11,03
	2 блюдо	306 (2)	Голубцы ленивые	150		334,77	12,22	12,09	12,71
	напиток	292 (10)	Компот из смеси сухофруктов	180		89	0,9	0,05	20,6
Итого за обед				40		64,33	1,84	0,64	18,56
полдник	Кондит.изделие	104 (4)	Печенье	600		671,21	19,91	23,06	66,8
	напиток	280 (10)	Молоко кипяченое	70		291,9	5,25	6,83	52,15
Итого за полдник				180		106	5,5	5,6	8,6
ужин	блюдо	141 (10)	Картофельное пюре	250		460,9	15,35	17,03	61,05
		58 (8)	Рыба тушеная с овощами	130		137	3,1	4,6	20,1
	Гор. напиток	282 (4)	Чай с сахаром	80		81	7,65	3,97	34,65
Итого за ужин	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	190		25	0,1	0,03	9,1
				50		85,77	2,45	0,86	16,74
Итого за день				450		328,77	13,32	9,46	80,59
					132,93	1813,58	54,3	60,28	257,74