

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ ДСОВ №32

/Н. В. Кирилленко/

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

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

24 февраля 2025 г.

Прием пищи	Раздел	№ реч. (№ 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	210,83	3,79	8,29	34,26	
Завтрак 2	фрукты	847(4)	Фрукты свежие	100	44,65	0,38	0,29	9,79	
Итого за 2 завтрак									
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	70,88	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					108,92	1371,77	46,1	48,87	213,63

УТВЕРЖДАЮ:
/Н. В. Кирильченко/

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

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

24 февраля 2025 г.

Прием пищи	Раздел	№ реч. (№ сборника)	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	75 (10)	Суп молочный с крупой 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	2,46	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
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0,64	18,56
Итого за обед				600		671,21	19,91	23,06	66,8
полдник	Кондит.изделие	104 (4)	Печенье	70		291,9	5,25	6,83	52,15
	напиток	280 (10)	Молоко кипяченое	180		106	5,5	5,6	8,6
Итого за полдник				250		460,9	15,85	17,03	61,05
ужин	блюдо	141 (10)	Картофельное пюре	130		137	3,1	4,6	20,1
		58 (8)	Рыба тушеная с овощами	80		81	7,66	3,97	34,65
	Гор. напиток	282 (4)	Чай с сахаром	190		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		328,77	13,32	9,46	80,59
Итого за День					134,03	1813,58	54,3	60,28	257,74