

Прием пищи	Раздел	№ реч. (№ сборника)	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	351(17)	Каша гречневая с молоком	160		158,08	3,53	5,43	28,1
	Гор. напиток	282(11)	Какао с молоком	150		70	2,7	2	9,9
	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									
Завтрак 2	сок	442(2)	Сок фруктовый	100		82,5	0,8	0	19,1
Итого за 2 завтрак									
обед	закуска	21(22)	Салат из соленого огурца	30		62,1	0,78	2,97	4
	1 блюдо	58(19)	Суп сборный на курином бульоне	150		43,1	1,38	0,98	9,27
	гарнир	107(9)	Пюре гороховое	110		150	7,17	3,4	24,1
	2 блюдо	431(10)	Печень по-строгановски	40/10		104	7,86	8,9	2,19
Итого за обед	напиток	731(14)	Напиток ягодный	180		38,57	-	-	16,48
	хлеб	147(10)	Хлеб пшеничный	30		48,25	1,38	0,48	12,56
	подник	107(20)	Гренки	50		187,5	6,7	11,39	2,1
	напиток	283(4)	Чай с молоком и сахаром	150		36	1,1	0,8	6,2
Итого за полдник									
ужин	блюдо	215(10)	Макаронные изделия отварные	130		196	5,3	3,2	33,3
	Гор. напиток	93(8)	Кабачковая икра	50		31,5	0,54	2,12	2,47
	хлеб	282(4)	Чай с сахаром	180		21,6	0,1	0,02	5,5
	Итого за ужин	147(10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0,64	13,92
Итого за день					115,26		43,07	47,09	203,16

УТВЕРЖДАЮ:

/Н. В. Кирильченко/

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

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

28 января 2025 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец. (№ сборника)	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	351(17)	Каша гречневая с молоком	180		189,09	4,72	6,98	37,56
	Гор. напиток	282(11)	Какао с молоком	170		79,3	3,06	2,27	11,2
	хлеб	147(10)	хлеб пшеничный	50		85,77	2,46	0,86	16,74
	Масло	ТТК 2583	Масло сливочное	6		45	0,06	4,94	0,06
	сливочное	(12)							
Итого за завтрак									
Завтрак 2	сок	442(2)	Сок фруктовый	120			10,3	15,05	65,56
Итого за 2 завтрак							0,96	0	22,92
обед	закуска	21(22)	Салат из соленого огурца	50		107,33	0,96	0	22,92
	1 блюдо	58(19)	Суп сборный на курином бульоне	180		55,08	1,63	3,3	6,6
	гарнир	107(9)	Пюре гороховое	130		189,09	2,88	1,95	12,52
	2 блюдо	431(10)	Печень по-строгановски	50/20		143	8,58	5,02	36,11
	напиток	731(14)	Напиток яблочный	180		54,29	9,9	10,59	4,08
	хлеб	147(10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	-	-	18,58
Итого за обед							1,84	0,64	13,92
полдник	Кондит. изделие	107(20)	Гренки	70		276,5	24,83	21,5	91,81
	напиток	283(4)	Чай с молоком и сахаром	180		43,2	8,68	15,36	4,64
Итого за полдник							1,32	0,96	7,4
ужин	блюдо	215(10)	Макаронные изделия отварные	140		211,1	10,0	16,32	12,04
		93(8)	Кабачковая икра	60		46,8	5,7	3,4	35,9
	Гор. напиток	282(4)	Чай с сахаром	200		25	0,72	2,83	4,63
	хлеб	147(10)	Хлеб пшеничный	50		85,77	0,1	0,03	9,1
Итого за ужин							2,46	0,86	16,74
Итого за день					119,03		55,07	59,99	258,7