

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

30 января 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ ДСОВ №32



Прием пищи	Раздел	№ реч. сборника	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	227 (10)	Запеканка из творога	140		241	4,9	7,9	25,6
	Соус	237 (10)	Соус сметанный сладкий	20		26,48	0,2	0,7	3,89
	Гор. напиток	286 (12)	Кофейный напиток на молоке	150		66	2,1	1,7	11
	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		435,31	9,09	15,06	59,1
Завтрак 2	сок	442 (2)	Сок фруктовый	100		82,5	0,8	0	19,1
Итого за 2 завтрак									
обед	закуска	24(4)	Салат из свеклы с раст.маслом	30		58,05	0,96	3,06	7,84
	1 блюдо	84 (2)	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	150/5		55	1,1	3,3	4
	2 блюдо	94 (10)	Гуляш из отварного мяса	60		152	7,2	9,6	2,7
	гарнир	323 (2)	Каша гречневая рассыпчатая	110		99,7	3,5	2,9	21,9
	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				535		480,03	14,84	19,37	65,76
полдник	Кондит.изделие	2 (6)	Бисквит на сгущенке	50		218,85	6,6	4,21	32,19
	напиток	300 (10)	Кисель из концентрата	150		57	0	0	15
Итого за полдник				200		275,85	6,6	4,21	47,19
ужин	блюдо	84(8)	Каша молочная «Дружба»	180		103	5,3	8,4	1,6
	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		185,33	7,24	9,06	24,76
Итого за день					160,09	1459,02	38,57	47,7	215,91

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

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

30 января 2025г.

УТВЕРЖДАЮ:

Н. В. Кирильченко/



Прием пищи	Раздел	№ рец. сборника	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	227 (10)	Запеканка из творога	150		266	9,42	9,8	35,1
	Соус	237 (10)	Соус сметанный сладкий	30		35,35	0,2	1,0	6,39
	Гор. напиток	286 (12)	Кофейный напиток на молоке	170		89	2,8	2,2	14,8
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	50		85,77	2,46	0,86	16,74
	масло	ТТК 2583 (12)	Масло сливочное	6		45	0,06	4,94	0,06
Итого за завтрак									
Завтрак 2	сок	442 (2)	Сок фруктовый	406		521,12	14,94	18,8	73,09
Итого за 2 завтрак				120		99	0,96	0	22,92
обед	закуска	24(4)	Салат из свеклы с раст.маслом	50		87,44	1,42	5,12	2,98
	1 блюдо	84 (2)	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	180		73	1,4	4,5	6,8
	2 блюдо	94 (10)	Гуляш из отварного мяса	130		108,08	5,58	3,56	31,67
	гарнир	323 (2)	Каша гречневая рассыпчатая	80		168	10,5	11,5	3,8
	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	2 (6)	Бисквит на сгущенке	660		589,85	21,64	25,37	84,41
	напиток	300 (10)	Кисель из концентрата	70		253,1	7,5	4,69	43,48
Итого за полдник				180		76	0	0	20
ужин	блюдо	84 (8)	Каша молочная «Дружба»	250		329,1	7,5	4,69	63,48
	Гор. напиток	282 (4)	Чай с сахаром	200		151	7,0	12,2	2,4
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	200		25	0,1	0,03	9,1
Итого за ужин				50		85,77	2,46	0,86	16,74
Итого за день				450		261,77	9,56	13,09	28,24
					175,80	1800,84	54,6	61,95	272,14