

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида № 82 п. Раздольное

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

31 января 2025г.

УТВЕРЖДАЮ:

/Н. В. Кирильченко/

Прием пищи	Раздел	№ реч. (№ сборника)	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	91 (8)	Каша вязкая пшеничная молочная	150		159,75	5,26	6,07	20,29
	Гор. напиток	283 (4)	Чай с молоком и сахаром	150		36	1,1	0,8	6,2
	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				350		287,28	10,3	9,64	45,05
Завтрак 2		ТТК 2345 (12)	Кисломолочный продукт(снежок)	100		103,5	4,05	1,5	18,3
Итого за 2 завтрак									
обед	закуска	56 (8)	Салат из морской капусты	30		65,41	0,82	3,55	4,24
	1 блюдо	132 (8)	Суп рыбный из консервов	150		85,55	5,8	3,3	6,66
	2 блюдо	103 (10)	Тефтели из говядины	50/20		185	7,5	3,7	16,1
	гарнир	141 (10)	Картофельное пюре	110		109	2,4	12,3	9,1
	напиток	292 (10)	Компот из смеси кураги	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				510		560,21	18,6	23,36	65,42
полдник	Кондит.изделие	263 (10)	Ватрушка с творогом	50		136	5,8	3,6	18,4
	напиток	284 (4)	Чай с лимоном и сахаром	150		27	0,1	0,03	6,5
Итого за полдник				200		163	5,9	3,63	24,9
ужин	блюдо	61 (8)	Пудинг из моркови и яблок	200		184,53	4,9	6,8	28,09
	Гор. напиток	300 (10)	Кисель из концентрата	160		57	0	0	15
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0,64	18,56
Итого за ужин				400		278,8	6,74	7,74	61,65
Итого за день					129,85	1392,79	43,73	44,93	197,76

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

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Раздел	№ реч. (№ сборника)	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	ж
завтрак	Гор. блюдо	91 (8)	Каша вязкая пшеничная молочная	170		192	6,44	7
	Гор. напиток	283 (4)	Чай с молоком и сахаром	170		59	1,4	1
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	50		85,77	2,46	0
	масло	ТТК 2583 (12)	Масло сливочное	6		45	0,06	4
Итого за завтрак								
Завтрак 2		ТТК 2345 (12)	Кисломолочный продукт (снежок)	402		378,37	12,46	1
Итого за 2 завтрак				120		124,2	4,86	1
обед	закуска	56 (8)	Салат из морской капусты	50		95,44	1,17	1
	1 блюдо	132 (8)	Суп рыбный из консервов	180		142,58	9,67	5
	2 блюдо	103 (10)	Тефтели из говядины	70/30		137	3,1	4
	гарнир	141 (10)	Картофельное пюре	130		259	10,5	1
	напиток	292 (10)	Компот из смеси кураги	180		89	0,9	0
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0
Итого за обед				680		787,35	27,18	1
полдник	Кондит.изделие	263 (10)	Ватрушка с творогом	70		191	8,1	5
	напиток	284 (4)	Чай с лимоном и сахаром	180		38	0,2	0
Итого за полдник				250		229	8,3	5
ужин	блюдо	61 (8)	Пудинг из моркови и яблок	210		216,24	3,15	8
	Гор. напиток	300 (10)	Кисель из концентрата	190		76	0	0
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	50		85,77	2,46	0
Итого за ужин				450		346,3	5,61	9
Итого за День					132,52	1865,22	58,41	4

