

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

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

6 марта 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:

И.о. заведующего МБДОУ ДСОВ №32
А.О.Кияткина/

Прием пищи	Раздел	№ реч. (№ сборника)	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	84(8)	Каша «Дружба»	160		91,6	4,7	7,5	1,42
	Гор. напиток	286(12)	Кофейный напиток с молоком	180		79,2	2,5	2,04	13,2
	хлеб	147(10)	Хлеб пшеничный	50		85,77	2,46	0,86	16,74
	сыр	257(4)	Сыр	12		41,6	2,16	3,19	0
Итого за завтрак							11,82	13,59	31,36
Завтрак 2	фрукты	847(4)	Плоды свежие(груша)	110		47	0,4	0,3	10,3
Итого за 2 завтрак									
обед	закуска	24(8)	Салат из зеленого горошка с печатым луком	50		67	1,57	5,08	3,9
	1 блюдо	82(23)	Суп картофельный с макаронными изделиями	180		147,68	3,72	2,99	22,54
	гарнир	637(16)	Азу	200		364,01	12,95	14,1	38,97
	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	13,92
Итого за обед							20,98	22,86	99,93
полдник	Кондит.изделие	274(19)	Манник	70		294,66	9,38	14,8	48,43
	напиток	442(2)	Сок фруктовый	180		110	1,07	0	25,47
Итого за полдник							10,45	14,8	73,9
ужин	блюдо	197(25)	Запеканка рисовая с морковью	200		175,78	6,52	6,58	19,18
	соус	237(10)	Соус сметанный сладкий	30		21,6	0,2	1,0	6,39
	Гор. напиток	282(4)	Чай с сахаром	180		21,6	0,1	0,02	5,5
	хлеб	147(10)	Хлеб пшеничный	50		85,77	2,46	0,86	16,74
Итого за ужин							9,28	8,46	47,81
Итого за день					188,40	1800,35	52,3	60,01	263,3

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

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

6 марта 2025 г.

И.о.заведующего МБДОУ ДСОВ №32

Ю.О. Киятина/

УТВЕРЖДАЮ:



Прием пищи	Раздел	№ рец. (№ сборника)	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	84(8)	Каша «Дружба»	150		85,8	4,4	7	1,3
	Гор. напиток	286(12)	Кофейный напиток с молоком	150		66	2,1	1,7	11
	хлеб	147(10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0,64	13,92
	сыр	257(4)	Сыр	10		27,2	2,1	2,13	0
Итого за завтрак							10,44	11,47	26,22
Завтрак 2	фрукты	847(4)	Плоды свежие(груша)	100		44,65	0,38	0,29	9,79
Итого за 2 завтрак									
обед	закуска	24(8)	Салат из зеленого горошка с репчатым луком	30		55,25	1,18	3,81	2,93
	1 блюдо	82(232)	Суп картофельный с макаронными изделиями	150		107,4	2,68	1,74	17,12
	2 блюдо	637(16)	Азу	160		274,2	8,84	12,68	24,66
	напиток	292(10)	Компот из смеси сухофруктов	150		67	0,7	0,03	15,4
Итого за обед	хлеб	147(10)	Хлеб пшеничный	30		48,25	1,38	0,48	12,56
							14,78	18,74	72,67
	полдник	274(19)	Манник	50		222,3	6,45	10,76	33,9
	напиток	442(2)	Сок фруктовый	150		91,67	0,83	0	21,33
Итого за полдник							7,28	10,76	55,13
ужин	блюдо	197(25)	Запеканка рисовая с морковью	190		143,18	5,91	4,29	15,62
	соус	237(10)	Соус сметанный сладкий	20		26,48	0,2	0,7	4,89
	Гор. напиток	282(4)	Чай с сахаром	150		18	0,1	0,02	4,6
	хлеб	147(10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0,64	13,92
Итого за ужин							8,05	5,65	39,03
Итого за день					177,81	1401,04	40,93	46,91	202,84