

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

21 мая 2025 г.



Прием пищи	Раздел	№ реч. (№ сборника)	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	222 (10)	Омлет натуральный	130		159,08	6,26	9,66	1,1
	Гор. напиток	283 (4)	Чай с молоком, сахаром	180		36	1,1	0,8	6,2
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0,64	18,56
	масло	ТК 2583 (12)	Масло сливочное	5		37,5	0,05	4,12	0,05
Итого за завтрак				355		293,91	9,25	15,22	25,91
Завтрак 2	сок	442 (2)	Сок фруктовый	100		82,5	0,8	0	19,1
Итого за 2 завтрак									
обед	закуска	348 (2)	Огулец соленый	30		3,9	0,2	0	0,5
	1 блюдо	139 (1)	Суп картофельный с бобовыми и гречками	150		134	4,5	2,6	17,7
	2 блюдо	492 (10)	Плов из курицы	130		396	14,2	18,4	28,34
	напиток	292 (10)	Компот из смеси кураги	150		67	0,7	0,03	15,4
Итого за обед				30		48,25	1,38	0,48	13,92
полдник	Кондит.изделие	109 (8)	Сочень с творогом	50		649,15	20,98	21,51	75,86
	напиток	284 (4)	Чай с лимоном и сахаром	150		27	0,1	0,03	6,5
	Итого за полдник			200		176	5,5	6,83	24,8
	блюдо	160 (10)	Суп молочный с макаронными изделиями	180		97	3,3	3,1	11,9
ужин	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		179,33	5,24	3,76	35,06
	Итого за день				99,86	1383,89	41,77	47,32	180,73

УТВЕРЖДАЮ:

/ Н.В.Кирильченко/

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

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

21 мая 2025 г.

Прием пищи	Раздел	№ реч. (№ сборника)	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	222 (10)	Омлет натуральный	150		187,44	9,32	14,02	1,6
	Гор. напиток	283 (4)	Чай с молоком, сахаром	200		59	1,4	1,1	11,3
	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				406		376,21	13,24	20,92	29,7
Завтрак 2	сок	442 (2)	Сок фруктовый	120		99	0,96	0	22,92
Итого за 2 завтрак									
обед	закуска	348 (2)	Огурец соленый	50		5,2	0,27	0	0,67
	1 блюдо	139 (1)	Суп картофельный с бобовыми и гречками	170/10		153	6,1	3,5	33,8
	2 блюдо	492 (10)	Плов из курицы	150		473	19,1	27	33,98
	напиток	292 (10)	Компот из смеси кураги	180		89	0,9	0,05	20,6
Итого за обед	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0,64	18,56
				600		784,53	28,21	31,19	107,61
	Кондит.изделие	109 (8)	Сочень с творогом	70		160	6,3	7,93	31,35
	напиток	284 (4)	Чай с лимоном и сахаром	180		38	0,2	0,03	9,3
Итого за полдник				250		198	6,5	7,96	40,65
ужин	блюдо	160 (10)	Суп молочный с макаронными изделиями	200		119	4,4	4,2	15,9
	Гор. напиток	282 (4)	Чай с сахаром	200		25	0,1	0,03	9,1
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	50		85,77	2,46	0,86	16,74
				450		229,77	6,96	5,09	41,74
Итого за день					117,75	1687,51	55,87	65,16	242,62