

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

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ ДСОВ №32
/Н.В.Кирильченко/

Прием пищи	Раздел	№ рец. (№ сборника)	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	223(4)	Омлет с зеленым горошком	130		233,17	10,5	13,2	13,46
	Гор. напиток	283(4)	Чай с молоком сахаром	180		43,2	1,32	0,96	7,4
	хлеб	147(10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0,64	13,92
	Масло сливочное	ТТК 2583 (12)	Масло сливочное	5		37,5	0,05	4,12	0,05
Итого за завтрак									
Завтрак 2	фрукты	847(4)	Плоды свежие(яблоко)	100		44,65	0,38	0,38	9,31
Итого за 2 завтрак									
обед	закуска	45(12)	Салат луковый	30		23	0,3	1,8	1,4
	1 блюдо	160(15)	Уха ростовская	150		81,94	3,05	2,39	18,55
	гарнир	153(10)	Рагу из овощей	110		179,4	7,1	8,7	12,7
	2 блюдо	300(18)	Птица отварная	50		88,57	7,04	3,83	-
	напиток	54(8)	Компот из свежих фруктов	150		45	0,12	0,12	11,92
	хлеб	147(10)	Хлеб пшеничный	30		48,25	1,38	0,48	12,56
Итого за обед									
полдник	Кондит.изделие	18(13)	Батон нарезной с повидлом	40/10		144	1,2	3,2	57,13
	напиток	280(10)	Молоко кипяченое	150		79	4,1	4,2	30,4
Итого за полдник									
ужин	блюдо	54(24)	Рис с овощами	180		201,36	5,3	7,4	36,8
	Гор. напиток	282(4)	Чай с сахаром	180		21,6	0,1	0,02	41,22
	хлеб	147(10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0,64	13,92
							4,57	5,05	60,64
Итого за день					147,61		42,95	49,07	198,71

1 октября 2025 г.

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

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

1 октября 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ ДСОВ №32
/Н.В.Кирильченко/

Прием пищи	Раздел	№ рец. сборника	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	223(4)	Омлет с зеленым горошком	150		307,5	12,25	15,3	21,4
	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 сливочное	ТТК 2583 (12)	Масло сливочное	6		45	0,06	4,94	0,06
Итого за завтрак							16,17	22,2	49,5
Завтрак 2	фрукты	847(4)	Фрукты свежие(яблоко)	110		47	0,4	0,4	9,8
Итого за 2 завтрак							0,4	0,4	9,8
обед	закуска	45(12)	Салат луковый	50		34	0,4	2,7	2,1
	1 блюдо	160(15)	Уха ростовская	180		118,33	4,58	3,87	26,39
	гарнир	153(10)	Рагу из овощей	130		189	7,3	9,09	13,8
	2 блюдо	300(18)	Птица отварная	70		147,8	9,66	4,95	-
Итого за обед	напиток	54(8)	Компот из свежих фруктов	180		60	0,16	0,16	15,89
	хлеб	147(10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0,64	13,92
	поддник	18(13)	Батон нарезной с повидлом	50/20		195	1,5	4,3	38,7
	напиток	280(10)	Молоко кипяченое	180		106	5,5	5,6	8,6
Итого за полдник							7,0	9,9	47,3
ужин	блюдо	54(24)	Рис с овощами	200		229,73	3,65	5,74	47,96
	Гор. напиток	282(4)	Чай с сахаром	200		25	0,1	0,03	9,1
Итого за ужин	хлеб	147(10)	Хлеб пшеничный	50		85,77	2,46	0,86	16,74
							6,21	6,63	73,8
Итого за день					185,09		53,72	60,54	252,5