

УТВЕРЖДАЮ:
И.о.заведующего МБДОУ ДСОВ №32
 / Г.В.Купникская /

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

24 октября 2025 г.

Прием пищи	Раздел	№ реч. (№ сборника)	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Гор. блюдо	222 (10)	Омлет натуральный	80		113	3,1	9,5	1,1
		93 (8)	Кабачковая икра	50		35,1	0,54	2,12	2,47
	Гор. напиток	288 (11)	Какао с молоком	180		70	2,7	2,0	9,9
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0,64	18,5
	масло	ТТК 2583 (12)	Масло сливочное	5		37,5	0,05	4,12	0,05
Итого за завтрак									
Завтрак 2	фрукты	847(4)	Фрукты свежие	355		319,93	8,23	18,38	32,02
Итого за 2 завтрак									
обед	закуска		Салат из квашеной капусты с луком	30		50,69	0,72	4,55	1,46
	1 блюдо	198 (8)	Суп картофельный с мясными фрикадельками	130/20		149,88	5,66	2,4	15,2
	2 блюдо	41 (8)	Рыба припущенная	50		157	6,5	3,8	0,3
	гарнир	78 (10)	Макаронные изделия отварные	110		95	4,3	2,4	24,7
	напиток	215 (10)	Компот из консервированных фруктов.	150		92	0,41	0,08	19,13
	хлеб	1 (6)							
Итого за обед									
				30		48,28	1,38	0,48	13,92
полдник	Кондит. изделие	257 (10)	Пирог с повидлом	520		592,82	18,97	13,71	74,71
	напиток	294 (10)	Напиток лимонный	50		141	3,1	1,5	26,9
Итого за полдник									
				150		54	0,1	0,01	14,1
ужин	блюдо	153 (10)	Рагу из овощей	200		195	3,2	1,51	41
	Гор. напиток	282 (4)	Чай с сахаром	180		198	9,1	10,9	14,8
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	180		18	0,1	0,02	4,6
Итого за ужин									
				40		64,33	1,84	0,64	18,5
Итого за день									
				400		280,33	11,04	11,54	37,9
					223,70	1432,73	41,82	45,54	194,94

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

24 октября 2025 г.

Прием пищи	Раздел	№ респ. (№ сборника)	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор. блюдо	222 (10)	Омлет натуральный	90		165	4,8	13,8	1,6
		93 (8)	Кабачковая икра	60		46,8	0,72	2,83	4,63
	Гор. напиток	288 (11)	Какао с молоком	200		100	3,6	3,3	13,7
	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	фрукты	847(4)	Фрукты свежие	110		442,57	11,64	25,43	36,73
Итого за 2 завтрак									
обед	закуска		Салат из квашеной капусты с луком	50		67,58	0,96	5,06	1,95
	1 блюдо	198 (8)	Суп картофельный с мясными фрикадельками	155/25		212,44	7,12	3,52	12,7
	2 блюдо	41 (8)	Рыба припущенная	70		196	5,3	3,2	33,3
	гарнир	78 (10)	Макаронные изделия отварные	130		126	7,20	4,7	0,5
	напиток	215 (10)	Компот из консервированных фруктов.	180		99,26	0,51	0,1	23,91
	хлеб	1 (6)	Хлеб пшеничный	40		64,33	1,84	0,64	18,56
Итого за обед		147 (10)							
полдник	Кондит.изделие	257 (10)	Пирог с повидлом	650		765,61	22,93	17,22	90,92
	напиток	294 (10)	Напиток лимонный	70		197	4,3	2,2	40,4
Итого за полдник									
ужин	блюдо	153 (10)	Рагу из овощей	250		270	4,4	2,22	59,3
	Гор. напиток	282 (4)	Чай с сахаром	200		264	12,1	14,5	21,1
	хлеб	147 (10)	Хлеб пшеничный	50		85,77	0,1	0,03	9,1
Итого за ужин									
Итого за день				450	242,21	1899,95	54,03	60,66	243,69