

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ «ЦРР - детский сад №12»
В.И. Зозуля

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
День 9 10.03.2022г.								
Завтрак для детей 3-7 лет	Каша молочная «Рябчик»	180	6,21	5,28	32,79	203	0,49	46
	Бутерброд с маслом, сыром	30/5/7	5,27	7,44	14,71	136,13	0,21	3
	Кофейный напиток	180	1,17	1,17	12,6	81,81	0,72	253
	Итого за прием пищи	407	12,65	13,89	60,1	420,04	1,4	-
Второй завтрак для детей 3-7 лет	Снежок	130	4,8	3,75	24	148,5	1,85	532
	Итого за прием пищи	130	4,8	3,75	24	148,5	1,85	-
Обед для детей 3-7лет	Салат «Витаминка»	50	1,08	0,06	1,8	13,8	18	27
	Свекольник с курицей, сметаной	180	5,92	8,1	23,5	168,33	8,98	34
	Картофельное пюре	130	3,4	4,69	27,65	152,5	3,33	152
	Бефстроганов их печени	70	13,5	9,05	5,52	126,24	19,9	
	Компот из сухофруктов	180	0,43	0,01	21,42	81	0,36	241
	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,64	0,6	16,7	89,5	0	123
Итого за прием пищи	660	26,97	22,51	96,59	631,17	50,7	-	
Усиленный полдник для детей 3-7 лет	Рожки по-павловски	150	5,34	6,96	31,45	203	5,95	
	Вафли	15	0,48	0,42	12,01	52,5		
	Чай	180	0	0	10,78	38,7		263
Итого за прием пищи:	325	5,82	7,43	54,24	291,2	5,95	-	
Итого за день		50,24	47,58	234,9	1490,8	59,9	-	

Повар

С.В. Смирнова