

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ «ЦРР – детский сад №12»
В.П. Зозуля

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
День 10 11.03.2022г.								
Завтрак для детей 2-3 лет	Каша молочная кукурузная	150	4,31	4,97	13,70	168,22	0,68	43
	Бутерброд с маслом	25/3	2,36	7,49	14,70	136,13	0	1
	Яйцо отварное	20	2,1	1,9	0,10	24,8		
	Чай с сахаром	150			8,98	32,25		263
	Итого за прием пищи	330	7,56	8,45	37,82	296,64	0,6	-
Второй завтрак для детей 2-3 лет	Сок яблочный	100	0,5	0,1	10,1	46	2,0	532
	Итого за прием пищи	100	0,5	0,1	10,1	46	2,0	-
Обед для детей 2-3 лет	Салат «Солнышко»	40	0,47	0,87	0,9	32,7	5,67	17
	Суп с мясными фрикадельками	150	4,43	3,61	9,9	130,2	7,17	39
	Рожки с маслом	100	4,4	8,92	45,82	273,6		304
	Рыба тушеная в сметанном соусе	60	6,1	3,25	27,6	69,1	0,2	
	Компот из сухофруктов	150	0,36	0,01	17,85	67,50	0,30	241
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,36	71,6	0	123
	Итого за прием пищи	540	18,4	17,1	114,6	644,7	13,34	-
Усиленный полдник для детей 2-3 года	Плюшка сладкая порционно	50	4,89	5,5	31,2	190,4	0	
	Кисель	150			13,5	45,0		233
Итого за прием пищи:		200	4,89	5,5	31,15	235,4		-
Итого за день			31,3	31,15	193,6	1222,7	19,31	-

Повар Болуменко О.М.