

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 1 14.03.2022г. | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 3-7 лет | Каша молочная « Дружба» | 180 | 4,84 | 5,59 | 26,76 | 176,05 | 0,55 | 266 |
| | Бутерброд с маслом | 30,5 | 2,36 | 0,39 | 31,59 | 146,4 | 0,02 | 1 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 10,78 | 38,7 | 0,72 | 263/264 |
| | Итого за прием пищи | 395 | 7,2 | 5,98 | 69,13 | 361,15 | 1,29 | - |
| Второй завтрак для детей 3-7 лет | Компот абрикосовый | 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 3-7 лет | Салат «Морской» с овощами | 60 | 0,6 | 6,0 | 4,2 | 73,2 | 0,9 | 19 |
| | Щи со сметаной | 180 | 2,64 | 5,09 | 6,17 | 84,9 | 13,9 | 56 |
| | Рожки с маслом | 130 | 5,34 | 6,96 | 31,45 | 203 | 5,95 | 304 |
| | Котлета мясная | 70 | 9,83 | 8,01 | 7,16 | 139,1 | 0,5 | 42 |
| | Подлив | 30 | 6,31 | 8,01 | 0,71 | 63 | 0 | 123 |
| | Компот из сухофруктов | 180 | 0,43 | 0,01 | 21,42 | 81,0 | 0,36 | 241 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 2,64 | 0,6 | 16,7 | 89,5 | 0 | 123 |
| | Итого за прием пищи | 700 | 27,79 | 34,68 | 87,81 | 734,46 | 20,47 | - |
| Усиленный полдник для детей 3-7 лет | Суп – паутинка | 180 | 0,85 | 0,93 | 9,36 | 64,8 | 83 | - |
| | Хлеб | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 67,5 | 0,3 | 241 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0 | 0 | 10,78 | 38,7 | - | -263 |
| | | | | | | | - | - |
| Итого за прием пищи: | | 400 | 3,49 | 1,41 | 33,5 | 171,0 | 1,13 | - |
| Итого за день | | | 38,98 | 42,17 | 200,54 | 1312,61 | 24,89 | - |

Повар Семелева Н.В.