

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МБДОУ "ЦДК, ДСМ, ДЛС" №12,  
 Н.П. Зюбуля



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 4 17.03.2022г.</b>								
Завтрак для детей 2-3 лет	Каша молочная геркулесовая	150	4,39	7,46	20,1	166	0,68	33
	Бутерброд с сыром	25/5	2,32	0,65	10,08	97,6		
	Чай с сахаром	150	0	0	8,98	32,25	0,72	263
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>332</b>	<b>6,71</b>	<b>8,11</b>	<b>40,96</b>	<b>302,3</b>	<b>1,4</b>	<b>-</b>
Второй завтрак для детей 2-3 лет	Сок абрикосовый	100	0,5	0	13,7	56,0	0,03	-
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>13,7</b>	<b>56,0</b>	<b>0,03</b>	<b>-</b>
Обед для детей 2-3 лет	Огурец соленый порционный	20	0,18	0,35	0,36	13,08	2,27	17
	Суп гороховый с мясом	150	1,66	1,67	9,66	139,35	3,22	88
	Картофельное пюре	110	2,62	3,61	21,2	117,31	2,57	243
	Гуляш	60	10,32	10,12	2,74	140,73	0	358
	Компот из сухофруктов	150	0,36	0,01	17,85	67,50	0,30	241
	<del>Хлеб ржаной-пшеничный</del>	<del>40</del>	<del>2,64</del>	<del>0,48</del>	<del>13,36</del>	<del>74,6</del>	<del>0</del>	<del>123</del>
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>550</b>	<b>17,78</b>	<b>16,24</b>	<b>65,17</b>	<b>549,57</b>	<b>8,36</b>	<b>-</b>
Успоенный подник для детей 2-3 года	Творожная запеканка	130	21,23	16,6	38,07	235,69	0,42	
	Соус сметанный сладкий	40	0,65	1,77	3,94	30,3	0,12	81
	Печенье	15	0,28	0,38	2,79	15,54		263
	Моноко	150	0	0	8,98	32,25	0	
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>335</b>	<b>22,16</b>	<b>18,75</b>	<b>53,78</b>	<b>313,78</b>	<b>0,54</b>	<b>-</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>47,15</b>	<b>43,1</b>	<b>173,61</b>	<b>1221,65</b>	<b>10,32</b>	<b>-</b>

Повар *В.В. Колышенико* О.И.