

Заведующий МБДОУ «Центр образования «Солнечный сад №12»
В.П. Зозуля

УТВЕРЖДАЮ:



| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры |
|---|------------------------------|----------------|------------------|--------------|--------------|-----------------------------------|--------------|----------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 5 18.03.2022г. | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 3-7 лет | Каша молочная пшеничная | 180 | 6,08 | 9,36 | 23,27 | 202,4 | 0,81 | 43 |
| | Бутерброд с маслом | 30/5 | 2,36 | 7,49 | 14,7 | 136,13 | 0,01 | 1 |
| | Кофейный напиток | 180 | 1,17 | 1,17 | 12,6 | 81,81 | 0,72 | 248 |
| | Итого за прием пищи | 395 | 9,61 | 18,02 | 50,57 | 420,3 | 1,54 | - |
| Второй завтрак для детей 3-7 лет | Снежок к/м | 110 | 5,4 | 5 | 21,6 | 158 | 18 | 18 |
| | Итого за прием пищи | 110 | 5,4 | 5 | 21,6 | 158 | 18 | - |
| Обед для детей 3-7 лет | Салат селедочный с луком | 40 | 5,3 | 6,5 | 0,91 | 116 | 1,0 | 22 |
| | Борщ двосточный со сметаной | 180 | 1,7 | 4,4 | 8,0 | 78,0 | 16,2 | 4 |
| | Каша гречневая по-деревенски | 150 | 8,9 | 24,7 | 29,1 | 385,9 | 0,5 | 304 |
| | 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 | 600 | 19,63 | 36,21 | 76,13 | 750,4 | 18,06 | - |
| Ужиленный полдник для детей 3-7 лет | Пирожок с повидлом | 70 | 4,48 | 5,04 | 28,42 | 189,0 | 2,1 | 294 |
| | Кисель | 180 | 0 | 0 | 16,2 | 54,0 | 0 | 233 |
| Итого за прием пищи: | | | 4,48 | 5,04 | 44,62 | 243,0 | 2,1 | - |
| Итого за день | | | 39,42 | 63,77 | 200,1 | 1591,9 | 32,7 | - |

Повар

Ведущий И.В.