

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



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Витамин С	N рецептуры	
			Б	Ж	У			
06.12.2022г.								
Завтрак для детей 2-3 лет	Каша молочная геркулесовая	150	4,39	7,46	20,1	166,0	0,67	281
	Бутерброд с маслом, сыром	25/3\5	4,38	6,55	11,82	128,48	0,17	3
	Кофейный напиток	150	0,9	0,97	9,75	67,5	0,88	248
	Итого за прием пищи	333	9,67	14,98	41,67	361,98	1,72	-
Второй завтрак для детей 2-3 лет	Сок яблочный	80	4,05	3,75	16,9	118,5	0,24	
	Итого за прием пищи	80	4,05	3,75	16,9	118,5	0,24	-
Обед для детей 2-3 лет	Огурец порционный	60	0,85	3,42	3,07	48	3,36	53
	Борщ с курицей, сметаной	150	4,93	6,75	19,5	140,27	7,48	6
	Картофельное пюре	100	3,05	3,81	24,8	99,75	11,75	17
	Котлета рыбная	50	7,02	5,72	5,11	99,37	0,57	43
Усиленный полдник для детей 2-3 года	Соус томатный	20	0,22	0,64	1,0	10,33	0,12	227
	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	530	19,07	20,83	84,69	536,8	23,58	-
	Каша гречневая	110	4,21	2,13	19,0	112,1	16,6	63
Итого за день	Мясной подлив	50	6,42	5,18	1,65	78,75	0,25	277
	Чай с сахаром	150			8,98	32,2		263
	Хлеб пшеничный	20	1,98	0,36	10,02	53,7		123
	Итого за прием пищи:	340	12,68	7,9	39,76	285,16	16,85	-
Итого за день			45,47	47,46	183,82	1302,4	42,39	-

Повар *Башкина Ольга*

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			
06.12.2022г.								
Завтрак для детей 3-7 лет	Каша молочная геркулесовая	180	5,27	8,95	24,12	199,24	0,81	281
	Бутерброд с маслом, сыром	30/5/7	5,27	7,49	14,71	136,13	0,21	3
	Кофейный напиток	180			10,78	38,7		263
	Итого за прием пищи	400	10,54	16,44	49,61	374,07	1,02	-
Второй завтрак для детей 3-7 лет	Снежок к/молочный продукт	120	3,24	3,0	12,96	94,8	1,08	
	Итого за прием пищи	120	3,24	3,0	12,96	94,8	1,08	-
Обед для детей 3-7 лет	Огурец порционный	60	1,13	4,56	4,09	64,0	4,48	53
	Борщ с курицей, сметаной	180	5,92	8,1	23,5	168,33	8,98	6
	Картофельное пюре	130	3,4	4,69	27,65	152,5	3,33	63
	Котлета рыбная	70	9,83	8,01	7,15	139,12	0,8	43
	Соус томатный	30	0,33	0,96	1,5	15,49	0,18	227
	Компот из сухофруктов	180	0,43		21,42	81	0,36	241
	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,64	0,6	16,7	89,5	0	123
	Итого за прием пищи	700	23,7	26,92	102,01	709,94	18,13	-
	Каша гречневая	130	5,06	2,55	22,8	134,53	20,0	243
	Мясной подлив	40	5,13	4,14	1,32	63,0	0,2	277
Усиленный полдник для детей 3-7 лет	Чай с сахаром	180			10,78	38,7	0,72	263
	Хлеб пшеничный	20	1,98	0,36	10,02	53,7		123
	Итого за прием пищи:	380	12,28	7,73	44,49	298,34	20,2	-
	Итого за день		49,76	54,09	209,9	1476,85	40,43	-

Повар *Борис Юрьевич Д.М.*