

УТВЕРЖДАЮ:

И.о. Заведующего МБДОУ «Центр детского сада №12»

А.А. Пюбережная



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>02.10.2023г.</b>								
Завтрак для детей 3-7 лет	Каша молочная пшеничная	180	5,95	6,31	15,1	138,34	1,68	27
	Бутерброд с маслом. сыром	30/5/7	5,27	7,49	14,7	136,13	0,21	1
	Какао на молоке	180	1,08	1,17	10,39	81	1,05	-
	Итого за прием пищи	400	12,3	14,97	40,19	355,47	2,39	-
	Яблоко	100	0,5	0,1	10,1	46	2,0	532
Второй завтрак для детей 3-7 лет	Итого за прием пищи	100	0,5	0,1	10,1	46	2,0	-
	Салат с морской капустой	60	0,6	6,0	4,2	73,2	28,5	19
	Суп овощной со сметаной	180	5,82	11,52	9,28	121,58	7,34	151
	Тефтели мясная	90	8,98	9,49	7,31	150,5	0,79	174
	Компот из сухофруктов	180	0,43	0,01	21,42	81	0,36	241
Усиленный полдник для детей 3-7 лет	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	16,7	89,5	0	123
	Итого за прием пищи	520	19,13	27,62	58,91	515,8	36,99	-
	Икра овощная	60	1,52	7,12	6,16	95,2	5,36	19
	Омлет	100	6,11	6,28	7,25	125,0	0,13	56
	Конфета	20	0,39	1,48	12,3	63,2		
Итого за прием пищи:	Чай с сахаром	180	0	0	10,78	38,7		263
	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	35,8		123
	Итого за прием пищи:	400	9,34	15,12	43,17	357,9	5,49	-
	Итого за день		41,27	57,81	152,3	1275,17	46,87	-

Повар *Варв. Будышевская О.А.*