

УТВЕРЖДАЮ:

И.о.Заведующего МБДОУ «ДПР детский сад №12»

А.А. Побережная



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
02.10.2023г.								
Завтрак для детей 2-3 лет	Каша молочная пшеничная	150	5,07	7,8	19,59	168,7	0,67	43
	Бутерброд с маслом, сыром	20/3/5	2,65	0,32	16,98	107,16		
	Какао на молоке	150	0,9	0,97	9,75	32,25	0,88	
	Итого за прием пищи	330	8,62	9,09	46,32	307,5	1,5	-
	Яблоко	100	0,5	0,1	10,1	46	2,0	532
Второй завтрак для детей 2-3 лет	Итого за прием пищи	100	0,5	0,1	10,1	46	2,0	-
	Салат с морской капустой	40	0,4	4,0	2,8	48,8	19	19
	Суп овощной со сметаной	150	4,86	9,67	7,74	101,32	6,12	151
	Тефтели мясная	70	6,2	4,65	3,17	82,68	0,39	111
	Компот из сухофруктов	150	0,36	0,01	17,85	67,50	0,3	241
Усиленный полдник для детей 2-3 года	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,36	71,6	0	123
	Итого за прием пищи	450	14,46	18,81	44,92	371,9	25,81	-
	Омлет	80	5,49	5,62	6,26	112,5	0,11	56
	Икра овощная	30	1,14	5,34	4,62	71,4	4,02	19
	Конфета	20	0,37	1,42	11,25	60		
Итого за прием пищи:	Чай с сахаром	150			8,97	32,25		263
	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	35,8		123
	Итого за прием пищи:	300	8,32	12,62	37,78	311,95	4,34	-
	Итого за день		31,4	40,62	139,1	1037,4	33,62	-

Повар *Будименко О.Л.*