

УТВЕРЖДАЮ:

И.о. Заведующий МБДОУ «ЦРР «Детский сад №12»

г. Алабуга, Побережная



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
06.10.2023г.								
Завтрак для детей 3-7 лет	Каша молочная кукурузная	180	5,17	5,96	16,44	201,87	0,81	43
	Бутерброд с маслом	30/5	2,36	7,49	14,70	136,13	0	1
	Чай с сахаром	180			10,78	38,7		263
	Итого за прием пищи	390	7,53	12,45	41,92	376,7	0,81	-
Второй завтрак для детей 3-7 лет	Яблоко	100	0,5	0,1	10,1	46	2,0	532
	Итого за прием пищи	100	0,5	0,1	10,1	46	2,0	-
	Рассольник с курицей, сметаной	180	8,87	6,59	21,42	169,76	19,76	139
	Каша гречневая с маслом	130	5,06	2,55	22,8	134,53	2,0	
	Котлета мясная	60	12,8	12,8	4,88	184,7		
	Подлив	30	0,24	1,46	0,86	17,6		
	Кисель п.ягодный	180	0,1		16,2	54,0		206
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	630	30,37	24,0	82,86	650,15	21,76	-
	Булочка молочная сладкая	70	4,51	5,04	40,4	283,41	0,32	
	Молоко кипяченое	180	5,8	5,0	9,6	108,0	2,6	233
Итого за прием пищи:		250	10,31	10,04	50,0	391,4	2,96	-255
Итого за день			48,71	46,59	188,5	1464,25	27,53	-

Повар *И.В. Смирнова*