

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			
День 3								
Завтрак для детей 2-3 лет	Вермишель молочная	150	4,93	6,75	19,59	140,28	0,6	29
	Бутерброд с повидлом	20/10	2,65	0,32	16,98	107,16		
	Чай с сахаром	150			8,97	32,25		263
	Итого за прием пищи	330	7,58	7,87	45,54	279,7	0,6	-
Второй завтрак для детей 2-3 лет	Снежок к-молочный	100	4,05	3,75	16,0	118,5	1,3	
	Итого за прием пищи	100	4,05	3,75	16,0	118,5	1,3	-
Обед для детей 2-3 лет	Закуска- икра кабачковая	40	0,09	1,18	0,26	11,84	1,17	
	Суп-уха	150	5,16	5,06	8,6	100,35	5,46	168
	Каша пшеничная с маслом	110	2,7	1,4	16,7	90,4	6,6	178
	Шницель	50	7,02	5,72	5,11	99,3	0,36	42
	Подлив	20	0,22	0,64	1,0	10,33	0,12	
	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		123
	Итого за прием пищи	570	18,19	14,49	62,78	451,32	14,01	-
Усиленный полдник для детей 2-3 года	Салат овощной	40	0,85	3,42	3,07	48,0	3,36	53
	Тефтеля рыбная	70	14,7	4,24	3,5	155,75	0,04	104
	Вафля	15	0,48	0,42	12,01	52,5		
	Чай с сахаром	150			8,98	32,25		263
	Хлеб пшеничный	20	1,98	0,36	10,02	53,7		123
	Итого за прием пищи:	290	18,01	8,44	27,56	342,8	4,4	-
	Итого за день		47,83	34,55	151,88	1192,32	20,31	-

подпись: *В.П. Зозуля*

УТВЕРЖДАЮ:
 В.П. Зозуля

УТВЕРЖДАЮ:
 В.П. Зозуля

УТВЕРЖДАЮ:
 В.П. Зозуля

УТВЕРЖДАЮ:
 В.П. Зозуля

Имя	Наименование блюда	Выход блюда			Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
		г	Б	Ж	У	Б	Ж			
Завтрак для детей 3-7 лет	Вермишель молочная	180	105,9	8,1	23,5	10	168,33	0,81	10	
	Бутерброд с повидлом	30/10	13,53	0,42	22,64		164,8			
	Чай с сахаром, молоком	180	38,7		10,78		38,7			
	Итого за прием пищи	400	9,43	8,92	46,54		357,93	0,81		
	Снежок к-молочный	150	5,4	5,0	21,6		158,0	1,8		
	Итого за прием пищи	150	5,4	5,0	21,6		158,0	1,8		
	Обед для детей 3-7 лет	Закуска- икра кабачковая	50	1,7	9,76	8,2		13,2	6,0	49
		Суп-уха	180	6,86	6,72	11,47		133,8	7,29	168
		Каша пшеничная с маслом	130	2,8	1,48	17,8		92,6	6,7	186
		Шницель	60	9,84	8,02	7,16		139,13	0,81	227
Подлив		30	0,33	0,96	1,5		15,49	0,18	241	
Компот из сухофруктов		180	0,43	0,01	21,42		81	0,36	123	
Хлеб ржано-пшеничный		50	3,3	0,6	16,7		89,5	0		
Итого за прием пищи		690	25,26	27,55	84,25		564,05	22,15		
Салат овощной		60	5,95	6,31	15,1		138,34	1,68	27	
Тефтеля рыбная		90	25,3	7,27	6,0		160,96	0,07	104	
Усиленный полдник для детей 3-7 лет	Вафля	20	0,64	0,56	16,02		70,0		263	
	Чай с сахаром	180	38,7		10,78		38,7		163	
	Хлеб пшеничный	20	1,08	0,36	10,02		53,7			
	Итого за прием пищи:	370	32,97	14,32	57,92		500,3	1,75		
	Итого за день		73,06	73,06	210,31		1580,3	26,51		

подпись: [подпись] - [подпись]