

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			
25.10.2023г.								
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
Второй завтрак для детей 2-3 лет	Итого за прием пищи	330	7,58	7,87	45,54	279,7	0,6	-
	Снежок к-молочный	150	4,05	3,75	16,0	118,5	1,3	-
	Итого за прием пищи	150	4,05	3,75	16,0	118,5	1,3	-
Обед для детей 2-3 лет	Салат овощной	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	100	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	550	18,19	14,49	62,78	451,32	14,01	-
	Салат овощной	40	0,85	3,42	3,07	48,0	3,36	53
	Тертеля рыбная	70	14,7	4,24	3,5	155,75	0,04	104
Усиленный полдник для детей 2-3 года	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	-	

Повар
В.П. Зозуля

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ «КРР – детский сад №12»

В.П. Зозуля



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
25.10.2023г.								
Завтрак для детей 3-7 лет	Вермишель молочная	180	5,9	8,1	23,5	168,33	0,81	10
	Бутерброд с повидлом	30/10	3,53	0,42	22,64	164,8		
	Чай с сахаром, молоком	180			10,78	38,7		263
	Итого за прием пищи	400	9,43	8,92	46,54	357,93	0,81	
	Снежок к-молочный	100	5,4	5,0	21,6	158,0	1,8	
Итого за прием пищи	100	5,4	5,0	21,6	158,0	1,8		
Обед для детей 3-7 лет	Салат овощной	60	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	110	2,8	1,48	17,8	92,6	6,7	186
	Шницель	60	9,84	8,02	7,16	139,13	0,81	
	Подлив	30	0,33	0,96	1,5	15,49	0,18	227
	Компот из сухофруктов	180	0,43	0,01	21,42	81	0,36	241
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	16,7	89,5	0	123
	Итого за прием пищи	670	25,26	27,55	84,25	564,05	22,15	
	Салат овощной	60	5,95	6,31	15,1	138,34	1,68	27
	Тефтели рыбная	90	25,3	7,27	6,0	160,96	0,07	104
Вафля	20	0,64	0,56	16,02	70,0			
Чай с сахаром	180			10,78	38,7		263	
Хлеб пшеничный	20	1,08	0,36	10,02	53,7		163	
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		

Повар

С.С. Сидорова К.Б.