

И.о. Заведующего МБДОУ «ДЮСШ №12»
А.А. Побережная

УТВЕРЖДАЮ:



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Витамин С	N рецептуры	
			Б	Ж	У			
05.10.2023г.								
Завтрак для детей 3-7 лет	Каша молочная пшеничная	180	6,27	9,36	22,5	0,81	31	
	Бутерброд с маслом,	30/5	2,36	7,49	14,7	0,01	1	
	Яйцо отварное	20	2,1	1,9	0,10	24,8		
	Чай с сахаром	180			10,78	38,7	263	
Второй завтрак для детей 3-7 лет	Итого за прием пищи	410	10,73	18,75	48,08	0,82	-	
	Снежок-к\молочный продукт	150	5,4	5,0	21,6	1,8	532	
	Итого за прием пищи	150	5,4	5,0	21,6	1,8	-	
Обед для детей 3-7лет	Сельдь с луком и зеленым горошком	40	5,3	6,5	0,91	116,0	22	
	Суп крупяной с курицей	180	3,73	5,43	18,70	129,6	101	
	Рожки с маслом	110	5,34	6,96	31,45	203,0	195	
	Мясо тушеное в соусе	60	5,3	6,5	0,91	116,0	206	
	Компот из сухофруктов	180	0,43	0,01	21,42	81,0	241	
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	16,7	89,5	123	
	Итого за прием пищи	620	23,4	25,55	90,09	736,2	14,93	-
Усиленный полдник для детей 3-7 лет	Запеканка из печени с рисом	90	7,2	2,93	1,85	61,35	294	
	Подлив	20	0,24	1,46	0,86	17,6		
	Чай с сахаром	180			10,78	38,7	263	
	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	35,8	123	
Итого за прием пищи:		310	8,76	4,63	20,17	153,45	0,36	-
Итого за день			48,29	53,93	179,9	1448,45	17,91	-

Повар *Борис Балушченко* О. М.