

УТВЕРЖДАЮ:
 Заведующий МБДОУ детский сад №2 сад
 села Неверкино
 Искоркина С.А.



14 декабря 2022г

| Прием пищи | Наименование блюд | До 3-х лет | | | | | От 3-х до 7 лет | | | | |
|--------------------------------|--|------------|--------------------|--------------------|----------------------|------------------------|-----------------|--------------------|--------------------|----------------------|------------------------|
| | | выход | б | ж | у | ккал | выход | б | ж | у | ккал |
| Завтрак | Каша пшениная молочная | 150 | 5.07 | 7.8 | 19.4 | 168.7 | 200 | 6.76 | 10.4 | 25.87 | 224.9 |
| | Бутерброд с маслом | 40/4 | 3.37 | 4.95 | 9.74 | 99 | 50/5 | 5.06 | 7.02 | 14.61 | 144 |
| | Чай с сахаром | 150 | | | 8.98 | 30 | 200 | | | 11.98 | 45 |
| Итого | | | 8.44 | 12.75 | 38.12 | 297.7 | | 11.82 | 17.42 | 52.46 | 413.9 |
| Обед | Суп рисовый | 150 | 1.68 | 3.53 | 7.34 | 68.18 | 250 | 2.24 | 4.7 | 9.8 | 90.9 |
| | Фрикадельки под соусом | 70 | 5.6 | 4.3 | 7.0 | 100.8 | 90 | 11.5 | 4.1 | 8.4 | 109 |
| | Гречка рассыпчатая | 150 | 3.0 | 4.27 | 14.6 | 175.33 | 200 | 4.5 | 6.4 | 21.09 | 263 |
| | Салат овощной (из свежей капусты, и свеклы) | 40 | 0.61/0.3 | 5.23/1.5 | 18.46/0.6 | 134.9/21 | 60 | 0.69/0.14 | 5.94/5.8 | 21.09/2.4 | 154.17/20 |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 0.42 | | 20.45 | 83 | 200 | 0.51 | | 24.23 | 99 |
| Хлеб ржаной | 50 | 2.44 | 0.44 | 12.36 | 64.38 | 70 | 3.04 | 0.55 | 15.36 | 80.04 | |
| итого | | | 13.75/13.44 | 17.77/14.04 | 80.21/62.35 | 626.59/512.69 | | 22.48/21.93 | 21.69/21.55 | 99.97/81.28 | 796.11/661.94 |
| Полдник | Печенье | 30 | 3.8 | 4.9 | 37.2 | 208.5 | 30 | 3.8 | 4.9 | 37.2 | 208.5 |
| | Чай с сахаром | 150 | | | 8.98 | 30 | 200 | | | 11.98 | 45 |
| Используется йодированная соль | | | | | | | | | | | |
| Итого | | | 3.8 | 4.9 | 46.18 | 238.5 | | 3.8 | 4.9 | 49.18 | 253.5 |
| Всего | | | 25.99/25.68 | 34.76/31.03 | 164.51/146.65 | 1162.79/1048.89 | | 38.1/37.55 | 44.01/43.87 | 201.61/182.92 | 1463.51/1329.34 |