



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

02 октября 2023г

| 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 рисовая молочная | 150 | 5.23 | 7.8 | 18.757 | 166.78 | 200 | 6.98 | 10.4 | 25 | 222.38 |
| | 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 | | | 8.6 | 12.75 | 37.477 | 295.78 | | 12.07 | 17.42 | 51.59 | 411.38 |
| Обед | Суп картофельный с пшеном и рыбой | 150 | 18.48 | 1.99 | 9.9 | 145.6 | 250 | 24.64 | 2.66 | 13.19 | 194.1 |
| | Гуляш с отварными макаронами | 40/120 | 8.7/4.69 | 5.29/6.48 | 4.95/25.03 | 0.038/83.81 | 50/140 | 9.4/5.9 | 6.69/8.11 | 5.33/31.29 | 0.046/229.76 |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 0.42 | | 20.45 | 83 | 200 | 0.51 | | 24.23 | 99 |
| | 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 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 2.44 | 0.44 | 12.36 | 64.38 | 70 | 3.04 | 0.55 | 15.36 | 80.04 |
| итого | | | 30.65/30.34 | 12.95/10.41 | 66.12/68.34 | 427.918/397.79 | | 38.28/34.23 | 15.84/17.12 | 79.2/86.47 | 527.362/622.906 |
| Полдник | Каша манная молочная | 150 | 4.39 | 7.46 | 20.11 | 166 | 200 | 5.86 | 9.95 | 26.8 | 221.38 |
| | Чай с сахаром | 150 | | | 8.98 | 30 | 200 | | | 11.98 | 45 |
| Используется Йодированная соль | | | | | | | | | | | |
| Итого | | | 4.39 | 7.46 | 29.09 | 196 | | 5.86 | 9.95 | 32.16 | 266.38 |
| Всего | | | 43.64/43.33 | 33.13/30.62 | 132.687/134.907 | 919.698/889.57 | | 56.21/52.16 | 43.21/44.49 | 162.95/170.22 | 1205.122/1300.666 |