

03.04.2025г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МДОУ «Детский сад» № 1
«Родничок» п.Новоорск
Лагтова Т.В.

5 день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет					От 3-х лет до 7-ми лет						
			Выход	Б	Ж	У	ккал	С	Выход	Б	Ж	У	ккал	С
Завтрак	Каша «5 злаков» на молоке		180	7,74	6,3	36,18	224,64		200	8,6	7,0	40,2	249,6	
	Бутерброд с маслом	1,6	31	1,97	4,97	11,89	100,83	0	38	2,42	6,1	14,58	123,6	0
	Чай с лимоном	393	180	0,108	0,018	9,1	36,9	2,03	200	0,12	0,02	10,2	4,1	2,26
	ВСЕГО			9,818	11,288	57,17	362,37			11,14	13,12	64,98	414,2	
2-ой завтрак	Груша	168	100	0,40	0,30	10,3	46,00	5	100	0,40	0,30	10,3	46,00	5
	ВСЕГО:			0,40	0,30	10,3	46,00			0,40	0,30	10,3	46,00	
Обед	Салат из свежей капусты	20	50	0,704	2,54	4,50	43,7	13,51	60	0,844	3,048	5,4	52,44	16,22
	Суп гороховый с мясом и гренками		200	6,04	0,528	16,12	133,6	4,26	250	7,55	0,66	20,15	167,0	5,325
	Макароны отварные с маслом	291	180	6,78	0,81	34,84	173,88	0,018	200	7,54	0,9	38,72	193,2	0,02
	Птица отварная	300	95	40,09	12,92	0,00	196,32	0,00	100	42,2	13,6	0,00	206,66	0,00
	Соус томатный	348	15	0,17	0,63	1,20	11,175	0,35	30	0,34	1,26	2,40	22,35	0,7
	Компот из яблок	372	180	0,14	0,14	21,5	87,8	0,6	200	0,15	0,15	23,88	97,55	0,66
	Хлеб пшеничный ржаной	15 15a	65 25	5,07 1,6	0,65 0,3	31,2 8,1	153,21 42,25	0 0	70 30	5,46 1,92	0,7 0,3	33,6 9,72	165,0 50,7	0 0
ВСЕГО:			54,554	17,99	101,34	708,395			58,454	20,018	113,72	787,9		
Полдник	Омлет на натуральном молоке	216	95	22,18	18,87	1,47	164,25	0,208	100	23,35	19,87	1,54	172,90	0,219
	Чай сладкий	392	180	0,06	0,02	9,46	37,89	0,03	200	0,066	0,022	10,51	42,1	0,033
	Батон		25	1,95	0,25	120,58	58,93	0	30	2,76	0,35	16,9	82,6	0
	ВСЕГО:			24,19	19,14	22,988	261,07			26,176	20,242	28,95	297,6	
ИТОГО:			88,962	48,718	191,798	1377,775			96,17	53,68	217,95	1545,7		