

29.05.2025г.

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

4 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 пшеничная молочная жидкая	279	180	6,67	6,53	32,75	219,35	6,67	200	7,42	7,26	36,39	243,73	7,42
	Бутерброд с маслом и сыром	3	45	4,73	6,88	14,56	139	0,07	50	6,68	8,45	19,39	180	0,11
	Чай сладкий	392	180	0,06	0,02	9,46	37,89	0,03	200	0,66	0,022	10,51	42,1	0,033
	ВСЕГО			11,46	13,43	56,77	396,24			14,76	15,732	66,29	465,83	
2-ой завтрак	Яблоко	368	100	0,4	-	9,8	44,0	10,0	100	0,4	-	9,8	44,0	10,0
	ВСЕГО:			0,4		9,8	44,0			0,4		9,8	44,0	
Обед	Салат зимний	22	55	1,1	2,93	5,40	51,791	8,613	60	1,2	3,2	5,9	56,5	2,583
	Борщ с мясом и сметаной	66/44	200	1,36	3,856	5,34	61,6	9,9	250	1,7	4,82	6,68	77,0	12,37
	Картофельное пюре	321	120	2,45	3,8	16,4	109,8	2,48	150	3,1	4,8	20,4	137,2	3,1
	Менгтай тушеный с овощами	247	95	15,83	4,57	2,61	87,875		100	16,67	4,81	2,75	92,5	
	В сметанном соусе	354,356	15	0,243	0,0852	0,88	1,056	0,19	30	0,486	0,17	1,76	2,11	0,38
	Напиток из шиповника	398	180	0,61	0,25	18,67	79,00	90,00	200	0,67	0,27	20,74	87	100
Полдник	Хлеб пшеничный ржаной	15 15а	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:			28,263	16,44	88,6	586,582			31,206	19,13	101,55	668,01	
	Пряник (зефир)	77	40 40	2,46 0,266	2,93 0	28,8 32	152,66 130,66	0 0	43 43	2,65 0,285	3,152 0	30,96 34,4	164,11 140,65	0 0
	Йогурт в индивидуальной упаковке		100	2,80	2,50	4,50	56,50		100	2,80	2,50	4,50	56,50	
	Чай с молоком	394	180	2,67	2,34	14,31	89,00	1,20	200	2,96	2,6	15,9	98,88	1,33
	ВСЕГО:			8,196	7,77	79,61	428,82			8,695	8,252	85,76	460,14	
	ИТОГО:			48,319	37,64	234,78	1455,642			55,061	43,114	263,4	1637,98	