

Утверждаю

Заведующая МДОАУ №3 «Буратино»

Нуралина А.И.

на 12.03.2025г. 1,5-3 год

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 8	суп молочный	200	5,85	5,81	19,99	155	44
завтрак:	Бутерброд с маслом	30\5	2,3	4,36	14,62	108	1
	чай с сахаром	180	0,04	0	12,13	47	200,264
второй завтрак	сок	180	0,9	0	18,18	76	57
Обед:	салат из репчатого лука	45	0,6	2,8	3,5	41,4	11
	суп с бобовыми	150	3,29	3,07	9,79	81	81
	ленивые голубцы в том. Соусе	50	4,11	3,18	2,99	56,88	151
	картофельное пюре	120	2,44	4,19	14,45	113,6	206
	компот	180	0,43	0	21,42	81	241
	Хлеб ржаной	40	2	0,4	17	81,6	1
	Хлеб пшеничный	30	2,01	0,21	15,09	72	1
Полдник	яйцо вареное	63	5,1	4,6	0,3	63	209
	печенье	20	1,5	2	15	83,4	к\к
	чай с сахаром	150	0	0	8,98	30	263,264
Ужин	каша ячневая	200	6,64	7,59	28,13	204	99
	чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77	394
	печенье	20	1,5	2	15	83,4	к\к
Итого за восьмой день:			41,36	42,54	227,88	1454,28	

Утверждаю

Заведующая МДОАУ №3 «Буратино»

Нуралина А.И.

на 12.03.2025г. 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 8	суп молочный	200	5,85	5,81	19,99	155	44
завтрак:	бутерброд с маслом	50	3,06	9,43	18,27	170	1
	чай с сахаром	180	0	0	11,98	43	263,264
второй завтрак	сок	180	0,9	0	18,18	76	57
Обед:	салат из репчатого лука	60	0,8	3,8	4,7	55,2	11
	суп с бобовыми	200	5,49	5,27	16,32	135	81
	ленивые голубцы в том. Соусе	70	5,75	4,45	4,19	79,63	151
	картофельное пюре	150	3,05	5,24	18,06	142	206
	компот	180	0,48	0	23,8	90	241
	Хлеб ржаной	50	2,5	0,5	21,25	102	1
	Хлеб пшеничный	50	3,35	0,35	25,15	120	1
Полдник	яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	209
	печенье	40	3	3,9	29,8	166,8	к\к
	чай с сахаром	180	0	0	11,98	43	263,264
Итого за восьмой день:			39,33	43,35	223,97	1440,63	