

Утверждаю

Заведующая МДОАУ №3 «Буратино»

Нуралина А.И.

на 13.03.2025г. 1,5-3 года

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 9	каша рисовая	150	4,16	5,6	19,56	144	173
завтрак:	Бутерброд с маслом	30\5	2,3	4,36	14,62	108	1
	чай с лимоном	150	0,04	0	9,1	35	200,264
второй завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	368
обед:	салат винегрет	40	0,64	2,1	3,4	36,6	2
	суп картофельный с рыбой	180	6,05	3,49	3,55	119	84
	макароны отварные	100	3,67	3,01	17,63	112	317
	гуляш	60	4,5	5,7	1,85	123,6	152
	хлеб ржаной	40	2	0,4	17	81,6	1
	Хлеб пшеничный	30	2,01	0,21	15,09	72	1
	кисель	150	0	0	13,5	46,5	233
Полдник	ленивые вареники	125	17,13	15,2	17,71	276	230
	чай с сахаром	150	0	0	8,98	30	263,264
Ужин	картофельное пюре	120	2,44	4,19	14,45	113,6	206
	гуляш	80	6	7,6	2,47	164,8	152
	чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77	394
Итого за девятый день:			53,99	54,6	180	1583,7	

Утверждаю

Заведующая МДОАУ №3 «Буратино»

Нуралина А.И.

на 13.03.2025г. 3-7 лет

День 9	каша рисовая	200	4,17	5,6	24,08	161,33	173
завтрак:	бутерброд с маслом	50	3,06	9,43	18,27	170	1
	чай с лимоном	180	0,04	0	12,13	47	200,264
второй завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	368
обед:	салат винегрет	60	0,97	3,1	5	54,9	2
	суп картофельный рыбой	200	6,05	3,55	12,19	119	84
	макароны отварные	150	5,5	4,57	26,44	168	317
	кисель	200	0	0	18	60	233
	Хлеб ржаной	50	2,5	0,5	21,25	102	1
	Хлеб пшеничный	50	3,35	0,35	25,15	120	1
	гуляш	80	6	7,6	2,47	164,8	161
Полдник	ленивые вареники	155	21,89	16,03	22,6	321	230
	чай с сахаром	180	0	0	11,98	43	263,264
Итого за девятый день:			53,93	51,13	209,36	1575,03	