

Утверждаю

Заведующая МДОАУ №3 «Буратино»

Нуралина А.И.

на 17.04.2025г. 1,5-3 год

| Прием пищи                      | Наименование блюда    | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептур<br>ы  |
|---------------------------------|-----------------------|----------------|----------------------|--------------|---------------|----------------------------|---------------------|
|                                 |                       |                | Б                    | Ж            | У             |                            |                     |
| <b>День 4</b>                   | 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 лимоном         | 180            | 0,04                 | 0            | 12,13         | 47                         | 200,264             |
| второй завтрак                  | яблоко                | 100            | 0,4                  | 0,4          | 9,8           | 44                         | 368                 |
| обед:                           | салат из белокочанной | 40             | 0,56                 | 2,03         | 3,46          | 34                         | 20                  |
|                                 | Суп свекольный        | 200            | 3,7                  | 1,9          | 10,2          | 72,8                       | 44                  |
|                                 | картофельное пюре     | 120            | 2,44                 | 4,19         | 14,45         | 113,6                      | 206                 |
|                                 | рыбные котлеты        | 70             | 6,83                 | 3,81         | 24,8          | 99,75                      | 134                 |
|                                 | кисель                | 150            | 0                    | 0            | 13,5          | 46,5                       | 233                 |
|                                 | Хлеб пшеничный        | 30             | 2,01                 | 0,21         | 15,09         | 72                         | 1                   |
|                                 | Хлеб ржаной           | 40             | 2                    | 0,4          | 17            | 81,6                       | 1                   |
| Полдник                         | пирожок с картофелем  | 70             | 4,51                 | 5,04         | 28,47         | 189                        | 294,299,<br>302,303 |
|                                 | молоко кипяченое      | 150            | 4,35                 | 3,75         | 7,2           | 81                         | 255                 |
| <b>Ужин</b>                     | каша рисовая          | 150            | 4,16                 | 5,6          | 19,56         | 144                        | 173                 |
|                                 | печенье               | 20             | 1,5                  | 2            | 15            | 83,4                       | к\к                 |
|                                 | хлеб пшеничный        | 20             | 1,34                 | 0,14         | 10,06         | 48                         | 1                   |
|                                 | чай с молоком         | 150            | 2,65                 | 2,33         | 11,31         | 77                         | 394                 |
| <b>Итого за четвертый день:</b> |                       |                | <b>44,64</b>         | <b>41,97</b> | <b>246,64</b> | <b>1496,65</b>             |                     |

Утверждаю

Заведующая МДОАУ №3 «Буратино»

Нуралина А.И.

на 17.04.2025г. 3-7 лет

| Прием пищи                              | Наименование блюда               | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептур<br>ы  |
|-----------------------------------------|----------------------------------|----------------|----------------------|--------------|---------------|----------------------------|---------------------|
|                                         |                                  |                | Б                    | Ж            | У             |                            |                     |
| <b>День 4</b>                           | 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 лимоном                    | 180            | 0,04                 | 0            | 12,13         | 47                         | 200,264             |
| второй завтрак                          | яблоко                           | 100            | 0,4                  | 0,4          | 9,8           | 44                         | 368                 |
| обед:                                   | салат из белокачанной<br>капусты | 60             | 0,84                 | 3,05         | 5,19          | 51                         | 20                  |
|                                         | суп свекольник                   | 200            | 3,7                  | 1,9          | 10,2          | 72,8                       | 44                  |
|                                         | картофельное пюре                | 150            | 3,05                 | 5,24         | 18,6          | 142                        | 206                 |
|                                         | рыбная котлета                   | 80             | 7,8                  | 4,35         | 28,3          | 114                        | 134                 |
|                                         | кисель                           | 200            | 0                    | 0            | 18            | 60                         | 233                 |
|                                         | Хлеб пшеничный                   | 50             | 3,35                 | 0,35         | 25,15         | 120                        | 1                   |
|                                         | Хлеб ржаной                      | 50             | 2,5                  | 0,5          | 21,25         | 102                        | 1                   |
| Полдник                                 | пирожок с картофелем             | 70             | 4,51                 | 5,04         | 28,47         | 189                        | 294,299,<br>302,303 |
|                                         | молоко кипяченое                 | 200            | 5,8                  | 5            | 9,6           | 108                        | 255                 |
|                                         |                                  |                |                      |              |               |                            |                     |
|                                         |                                  |                |                      |              |               |                            |                     |
| <b>Итого за<br/>четвертый<br/>день:</b> |                                  |                | <b>40,9</b>          | <b>41,07</b> | <b>224,95</b> | <b>1374,8</b>              |                     |