

Утверждаю

Заведующая МДОАУ №3 «Буратино»

Нуралина А.И.

на 19.03.2025г. 1,5-3 год

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			Б	Ж	У		
День 3							
завтрак:	каша манная	150	4,66	5,6	18,82	144	88
	Бутерброд с маслом	30\5	2,3	4,36	14,62	108	1
	чай с молоком	150	0,67	0,83	11,25	46,67	261
второй завтрак	сок	180	0,9	0	18,18	76	57
обед:	салат из реп. Лука	45	0,6	2,8	3,5	41,4	11
	суп картофельный с пельменями	250	4,6	3,9	17,7	125	22
	каша ячневая расыпчатая	120	2,97	2,9	21,14	122,4	302
	гуляш	60	4,5	5,7	1,85	123,6	152
	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	твороженная запеканка	120	21,04	14,46	20,58	296	237
	чай с сахаром	150	0	0	8,98	30	263,264
Ужин	каша пшенная	200	7,01	8,09	28,39	213	96
	чай с молоком	180	0,8	1	13,5	56	261
	печенье	20	1,5	2	15	83,4	к/к
Итого за третий день:			55,99	52,25	247,02	1700,07	

Утверждаю

Заведующая МДОАУ №3 «Буратино»

Нуралина А.И.

на 19.03.2025г. 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			Б	Ж	У		
День 3							
завтрак:	каша манная	200	6,21	7,47	25,09	192	88
	бутерброд с маслом	50	3,06	9,43	18,27	170	1
	чай с молоком	180	0,8	1	13,5	56	261
второй завтрак	сок	180	0,9	0	18,18	76	57
обед:	салат из реп. Лука	60	0,8	3,8	4,7	55,2	11
	суп картофельный с пельменями	250	4,6	3,9	17,7	125	88
	каша ячневая рассыпчатая	120	2,97	2,9	21,14	122,4	302
	гуляш из отварного мяса	80	6	7,6	2,47	164,8	161
	компот	200	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	твороженная запеканка	150	26,31	18,09	25,74	372	237
	чай с сахаром	180	0	0	11,98	43	263,264
Итого за третий день:			57,98	55,04	228,97	1688,4	