

Утверждаю

Заведующая МДОАУ №3 «Буратино»

Нуралина А.И.

на 20.03.2025г. 1,5-3 год

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			Б	Ж	У		
День 4	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, 302,303
	молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,2	81	255
Ужин	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
Итого за четвертый день:			44,64	41,97	246,64	1496,65	

Утверждаю

Заведующая МДОАУ №3 «Буратино»

Нуралина А.И.

на 20.03.2025г. 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			Б	Ж	У		
День 4	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 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, 302,303
	молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	108	255
Итого за четвертый день:			40,9	41,07	224,95	1374,8	