

Утверждаю

Заведующая МДОАУ №3 «Буратино»

Нуралина А.И.

на 21.03.2025г. 1,5-3 год

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			Б	Ж	У		
День 5	Каша Дружба	150	4,66	5,79	20,78	150,75	84
завтрак:	кофе с молоком	150	1,08	1,08	11,67	76,67	253
	Бутерброд с маслом	30\5	2,3	4,36	14,62	108	1
второй завтрак	сок	180	0,9	0	18,18	76	57
обед:	салат из свеклы	45	0,49	0,03	4,54	21	45
	Суп из макаронных изделий	150	1,61	1,7	10,2	62,8	233
	капуста тушеная с мясом	200	9	7,5	7,36	255	200
	Хлеб пшеничный	30	2,01	0,21	15,09	72	1
	компот	180	0,43	0	21,42	81	241
	Хлеб ржаной	40	2	0,4	17	81,6	1
Полдник	печенье	20	1,5	2	15	83,4	к\к
	снежок	150	4,35	4,8	6	88,5	251
Ужин	каша пшенная	200	7,01	8,09	28,39	213	96
	Чай с молоком	200	2,67	2,34	14,31	89	394
	хлеб пшеничный	30	2,01	0,21	15,09	72	1
Итого за пятый день:			42,02	38,51	219,65	1530,72	

Утверждаю

Заведующая МДОАУ №3 «Буратино»

Нуралина А.И.

на 21.03.2025г. 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			Б	Ж	У		
День 5	Каша Дружба	200	6,21	7,73	27,71	201	84
завтрак:	кофе с молоком	180	1,3	1,3	14	92	253
	бутерброд с маслом	50	3,06	9,43	18,27	170	1
второй завтрак	сок	180	0,9	0	18,18	76	57
обед:	салат из свеклы	60	0,75	0,06	6,97	31	33
	Суп из макаронных изделий	200	2,68	2,83	17,14	104,7	233
	капуста тушенная с мясом	220	10	8,2	10,8	280	200
	Хлеб пшеничный	50	3,35	0,35	25,15	120	1
	компот	200	0,48	0	23,8	90	241
	Хлеб ржаной	50	2,5	0,5	21,25	102	1
Полдник	печенье	40	3	3,9	29,8	166,8	к\к
	снежок	180	4,35	4,8	6	88,5	251
Итого за пятый день:			38,58	39,1	219,07	1522	