

18.04.2023

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 44"

Любовная И. Г.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад №44"

19.04.2023

Сезон: Ограниченный

с 01 сентября по 01 марта

День: 3 Неделя: 3

Возрастная категория: 1,5-3 года

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг) С
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
215	Омлет натуральный	70	6,5	11,2	1,2	127,00	0,6
	Дополнительный гарнир: горошек зеленый консервированный	20	0,7	0,6	1,5	16,50	2,9
	Хлеб из муки пшеничной первого	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
395	Кофейный напиток с молоком	150	2,2	2,4	14	87,5	1,4
	Мандарин	40	0,3	0,1	3	15,20	4,5
<b>Завтрак2</b>							
10-00	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	43,00	2
<b>Обед</b>							
35	Салат из свеклы с огурцом консервированным и маслом растительным	40	0,4	3,3	4,3	41,0	2,3
133 (с)	Суп картофельный с птицей	165	3,2	5,04	13,8	75,35	8,1
292	Макаронник с печенью	120	12,2	6,7	25,2	239,0	0,4
376	Компот из сушеных фруктов (изюм)	150	0,33	0,01	20,83	84,80	4,60
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
	Хлеб из муки пшеничной первого	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
<b>Полдник</b>							
786 (с)	Булочка "Творожная"	60	6,1	2,1	32,3	175,00	0,09
	Варенец с лактулозой	150	4,3	3,7	6,7	101,00	1,3
<b>Ужин</b>							
278	Бефстроганов из отварного мяса	100	11,2	5,3	2,7	105,40	0,9
165	Каша гречневая рассыпчатая	105	4,1	5,2	21,5	193,83	
	Дополнительный гарнир: помидор в с/с	25	0,4	1,5	1,1	20,20	0,16
	Хлеб из муки пшеничной первого	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
1195 к	Чай зеленый с молоком с сахаром	150	1,0	1,2	9,2	52,40	3,8
<b>ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 3, НЕДЕЛЯ 3 СЕЗОН ОГРАНИЧЕННЫЙ (с 01.03 по 01.09),</b>			<b>Пищевые вещества (г)</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>	<b>Витамины (мг) С</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>		
			<b>60,0</b>	<b>56,2</b>	<b>216,6</b>		

18.04.2023

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 44"

Любовная И. Г.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад №44"

19.04.2023

Сезон: Ограниченный

с 01 сентября по 01 марта

День: 3 Неделя: 3

Возрастная категория: 3-7года

Завтрак							
215	Омлет натуральный	100	9,2	16,0	1,7	181,42	0,8
	Дополнительный гарнир: горошек	25	0,9	0,8	1,9	20,62	3,6
	Хлеб из муки пшеничной первого	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,6	2,9	17,0	107,5	1,70
	Мандарин	80	0,6	0,2	6	30,40	9,0
Завтрак2							
10-00	Сок овощной	100	0,5	0,1	10,1	43,00	2
Обед							
35	Салат из свеклы с огурцом консервированным и растительным маслом	60	0,6	4,9	5,2	61,5	2,8
133 (с)	Суп картофельный с птицей	200	4,0	6,5	17,0	92,0	9,80
292	Макаронник с печенью	150	13,6	8,1	46,0	298,66	0,50
376	Компот из сушеных фруктов (изюм)	180	0,38	0,01	25,00	101,76	5,5
	Хлеб из муки пшеничной первого	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
Полдник							
786 (с)	Булочка "Творожная"	70	6,8	2,4	37,7	204,17	0,11
	Варенец с лактулозой	180	5,2	4,4	8,0	121,20	1,56
Ужин							
278	Бефстроганов из отварного мяса	110	13,1	6,2	3,2	123,60	1,10
165	Каша гречневая рассыпчатая	115	4,8	6,1	23,3	231,98	
	Дополнительный гарнир: помидор в с/с	25	0,4	1,5	1,1	20,20	0,16
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
	Хлеб из муки пшеничной первого	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
1195 к	Чай зеленый с молоком с сахаром	180	1,5	1,6	12,1	64,2	4,6
<b>ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 3, НЕДЕЛЯ 3 СЕЗОН ОГРАНИЧЕННЫЙ (с 01.03 по 01.09),</b> возрастная категория 3-7 лет		<b>Пищевые вещества (г)</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>	<b>Витамины (мг)</b>	
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>			
		<b>74,6</b>	<b>65,3</b>	<b>282,6</b>			<b>2047,3</b>