

20.04.2023

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 44"

Любовная И. Г.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад №44"

21.04.2023

Сезон: Ограниченный

с 01 сентября по 01 марта

День: 5 Неделя: 3

Возрастная категория: 1,5-3 года

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
Завтрак							
180	Каша вязкая молочная (из пшена и крупы гречневой)	150	3,9	7,6	20,6	215,00	1,5
	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
	Сыр	10	1,0	0,3	8,9	44,00	5,4
Завтрак2							
10-00	Сок фруктовый	100	0,1		10,3	42,00	0,8
Обед							
622 (з)	Салат из свеклы с огурцом консервированным с растительным маслом	40	0,1	3,8	0,4	27,10	1,6
590 (ТИ)	Свекольник	165	2,8	3,1	10,9	80,22	4,5
282	Шницель мясной	50	6,2	5,8	4,0	115,90	0,2
350	Соус молочный	20	0,6	2,6	1,8	26,80	0,3
204/317	Рис отварной	100	3,5	4,5	18,6	150,00	
376	Компот из плодов сухих (смесь косточковых плодов)	150	0,5	0,1	19,9	84,2	5,5
	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	
Полдник							
	Печенье	45	3,1	6,2	35,2	195,10	1,3
	Ацидофилин	150	4,3	3,6	12,0	84,00	1,1
Ужин							
302	Филе птицы, тушенное в соусе с овощами и картофелем	150	8,1	2,1	13,9	105,7	7,4
	Дополнительный гарнир: огурец свежий	20	0,2	0,02	0,8	3,50	2,0
	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	
394	Чай с молоком с сахаром	150	1,1	1,2	9,3	53,20	0,5
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 5, НЕДЕЛЯ 3 СЕЗОН ОГРАНИЧЕННЫЙ (с 01.03. по 01.09), возрастная категория 1,5-3 лет			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
			44,2	48,7	229,8	1567,3	33,5

20.04.2023

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 44"

Любовная И. Г.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад №44"

21.04.2023

Сезон: Ограниченный

с 01 сентября по 01 марта

День: 5 Неделя: 3

Возрастная категория: 3-7 года

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины
			Б	Ж	У		(мг) С
Завтрак							
180	Каша вязкая молочная (из пшена и крупы гречневой)	200	5,2	10,1	31,1	305,80	2,00
	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
	Сыр	15	1,0	0,3	8,9	44,00	5,4
Завтрак2							
10-00	Сок фруктовый	100	0,1		10,3	42,00	0,8
Обед							
622 (з)	Салат из свеклы согурцом консервированным с растительным	60	0,2	5,2	1,1	45,57	2,00
590 (ТИ)	Свекольник	200	4,2	3,7	14,1	102,50	5,50
282	Шницель мясной	70	8,6	8,1	5,6	162,30	0,40
350	Соус молочный	25	0,80	3,30	2,30	34,00	0,37
204/317	Рис отварной	120	4,2	5,4	22,3	180,66	
376	Компот из плодов сухих (смесь косточковых плодов)	180	0,7	0,2	25,1	106,5	6,6
	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							
	Печенье	45	3,1	6,2	35,2	195,10	1,3
	Ацидофилин	180	5,6	4,7	15,80	103,5	1,32
Ужин							
302	Филе птицы, тушенное в соусе с овощами и картофелем	170	9,2	2,4	15,8	119,8	8,38
	Дополнительный гарнир: огурец	25	0,25	0,03	1,00	4,38	2,50
	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	
394	Чай с молоком с сахаром	180	1,5	1,7	12,1	65,5	0,56
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 5, НЕДЕЛЯ 3 СЕЗОН ОГРАНИЧЕННЫЙ (с 01.03. по 01.09), возрастная категория 3-7 лет			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг) С
			Б	Ж	У		
			57,7	57,8	284,8		