

21.04.2023

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 44"

Любовная И. Г.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад №44"

24.04.2023

Сезон: Ограниченный

с 01 сентября по 01 марта

День: 1 Неделя: 4

Возрастная категория: 1,5-3 года

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) |
|---|--------------------------------------|-----------------|-----------------------------|-------------|--------------|---|--------------------------|
| | | | Б | Ж | У | | С |
| Завтрак | | | | | | | |
| 215 | Омлет натуральный | 70 | 6,5 | 11,2 | 1,2 | 127,0 | 0,6 |
| | Дополнительный гарнир: горошек | 20 | 0,7 | 0,6 | 1,5 | 16,5 | 2,9 |
| | Хлеб из муки пшеничной первого | 20 | 1,5 | 0,54 | 9,7 | 48,64 | |
| 397 | Какао с молоком | 150 | 2,8 | 2,9 | 18,8 | 91,00 | 1 |
| Завтрак2 | | | | | | | |
| 10-00 | Сок фруктовый | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43,00 | 2 |
| Обед | | | | | | | |
| | Томат консервированный | 25 | 0,4 | 1,5 | 1,1 | 20,2 | 0,16 |
| 59 | Борщ вегетарианский | 170 | 2,6 | 5,2 | 9,3 | 156,63 | 9,5 |
| 304 | Плов с сердцем | 150 | 11,1 | 14,9 | 20,1 | 272,3 | 0,38 |
| 378 | Компот из ягод (вишня) | 150 | 0,22 | 0,0 | 26,0 | 110,2 | 6,5 |
| | Хлеб из муки пшеничной первого | 20 | 1,5 | 0,54 | 9,7 | 48,64 | |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,0 | 0,36 | 9,9 | 45,6 | |
| Полдник | | | | | | | |
| 767 (с) | Булочка ванильная | 50 | 3,9 | 4,3 | 29,1 | 171,45 | 2,1 |
| | Кефир с лактулозой | 150 | 4,3 | 3,7 | 6,0 | 95,00 | 1,3 |
| Ужин | | | | | | | |
| 235 | Пудинг из творога с изюмом | 70 | 11,8 | 11,6 | 8,9 | 201,00 | 1,5 |
| 783 (з) | Соус абрикосовый | 20 | 0,1 | 0 | 13,1 | 60,50 | 0,1 |
| | Хлеб из муки пшеничной первого сорта | 20 | 1,5 | 0,54 | 9,7 | 48,64 | |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,0 | 0,36 | 9,9 | 45,60 | |
| 392 | Чай с сахаром | 150 | 1,0 | 1,2 | 9,2 | 52,40 | 1,1 |
| ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 1, НЕДЕЛЯ 4 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 |
| | | | 52,7 | 58,1 | 202,2 | 1649,1 | 29,0 |

21.04.2023

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 44"

Любовная И. Г.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад №44"

24.04.2023

Сезон: Ограниченный

с 01 сентября по 01 марта

День: 1 Неделя: 4

Возрастная категория: 3-7 года

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) |
|---|--------------------------------|--------------|-----------------------------|-------------|--------------|---------------------------------------|----------------------|
| | | | Б | Ж | У | | С |
| 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 | |
| 397 | Какао с молоком | 180 | 3,3 | 3,4 | 23,0 | 109,6 | 1,2 |
| Завтрак2 | | | | | | | |
| 10-00 | Сок фруктовый | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43,00 | 2 |
| Обед | | | | | | | |
| | Томат консервированный | 25 | 0,4 | 1,5 | 1,1 | 20,2 | 0,16 |
| 59 | Борщ вегетарианский | 200 | 3,1 | 6,2 | 11,1 | 184,33 | 11,1 |
| 304 | Плов с с сердцем | 180 | 13,32 | 18,10 | 25,20 | 330,50 | 0,46 |
| 378 | Компот из ягод (вишня) | 180 | 0,26 | 0 | 31,2 | 132,24 | 7,8 |
| | 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 | | | | | | | |
| 767 (с) | Булочка ванильная | 70 | 5,0 | 6,02 | 40,7 | 242,00 | 0,00 |
| | Кефир с лактулозой | 180 | 5,6 | 5,1 | 7,4 | 118,00 | 1,56 |
| Ужин | | | | | | | |
| 235 | Пудинг из творога с изюмом | 80 | 14,8 | 14,5 | 9,90 | 251,20 | 1,87 |
| 783 (з) | Соус абрикосовый | 25 | 0,12 | 0,00 | 16,37 | 75,63 | 0,12 |
| | 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 | |
| 392 | Чай с сахаром | 180 | 1,2 | 1,5 | 12,0 | 64,0 | 1,30 |
| ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 1, НЕДЕЛЯ 4 СЕЗОН ОГРАНИЧЕННЫЙ (с 01.03 по 01.09), возрастная категория 3-7 лет | | | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) |
| | | | Б | Ж | У | | С |
| | | | 67,7 | 77,4 | 257,7 | 2093,6 | 31,8 |