

24.04.2023

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 44"

Любовная И. Г.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад №44"

25.04.2023

Сезон: Ограниченный

с 01 сентября по 01 марта

День: 3 Неделя: 1

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		
Завтрак							
259 (к)	Каша пуховая (гречневая на молоке с яйцами)	150	5,6	9,2	23,4	216,30	1,3
	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	87,50	1,4
Завтрак2							
10-00	Сок фруктовый	100	1,0	0,1	12,6	56,00	3
Обед							
28	Салат из свеклы с огурцом консервированным и растительным маслом	40	0,63	2,1	7,86	52,60	3,45
148 (с)	Суп-лапша домашняя	160	1,4	2,4	10,1	60,2	0,30
252	Филе трески, запеченное в сметанном соусе	60	8,9	6,1	6,98	118,9	0,15
321	Пюре картофельное	100	2,0	4,9	11,6	106,00	5,5
376	Компот из сушеных фруктов (изюм)	150	0,33	0,01	20,83	84,80	4,6
	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							
741 (с)	Ватрушка с джемом	60	2,7	3,3	37,8	190,20	0,17
	Снежок	150	4,3	3,7	12,0	109,00	1,3
Ужин							
14 (с)	Салат зеленый с томатами свежими и растительным маслом	40	0,4	3,1	0,8	32,60	3,6
309	Котлета из сердца говяжьего	60	7,2	6,8	11,2	152,4	0,78
336	Капуста тушеная	110	1,0	2,6	3,2	49,90	5,6
	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
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 2, НЕДЕЛЯ 4 СЕЗОН ОГРАНИЧЕННЫЙ (с 01.03 по 01.09), возрастная категория 1,5-3 лет			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг) С
			Б	Ж	У		
			45,2	52,2	230,5		

24.04.2023

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 44"

Любовная И. Г.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад №44"

25.04.2023

Сезон: Ограниченный

с 01 сентября по 01 марта

День: 3 Неделя: 1

Возрастная категория: 3-7 года

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг) С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
259 (к)	Каша пуховая (гречневая на молоке с яйцами)	200	7,4	12,2	31,2	288,40	1,56
	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
Завтрак2							
10-00	Нектар морковный с мякотью	100	1,0	0,1	12,6	56,00	3
Обед							
28	Салат из свеклы с огурцом консервированным и растительным маслом	60	0,94	3,2	11,80	78,90	5,18
148 (с)	Суп-лапша домашняя	200	1,80	3,0	12,6	75,3	0,38
252	Филе трески, запеченное в сметанном соусе	80	11,9	8,3	9,4	158,53	0,2
321	Пюре картофельное	120	2,4	5,2	13	120,3	6,5
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							
741 (с)	Ватрушка с джемом	70	3,2	4,0	42,0	223,00	0,19
	Снежок	180	5,2	4,5	15,0	134,0	1,32
Ужин							
14 (с)	Салат зеленый с томатами свежими и растительным маслом	60	0,6	4,8	1,2	48,95	4,5
309	Котлета из сердца говяжьего	80	10,8	10,1	6,92	173,3	1,04
336	Капуста тушеная	120	1,1	2,8	3,5	54,89	6,12
	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	
1195 к	Чай зеленый с молоком с сахаром	180	1,5	1,6	12,1	64,2	4,6
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 2, НЕДЕЛЯ 4 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		
			61,2	68,3	280,6	2029,4	41,8