

04.05.2023

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 44"

Любовная И. Г.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад №44"

05.05.2023

Сезон: Ограниченный

с 01 сентября по 01 марта

День: 5 Неделя: 1

Возрастная категория: 1,5 -3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг) С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
231	Сырники из творога	70	11,0	9,5	7,4	162,40	0,2
	Джем	20	0,1	0,1	4,8	21,70	0,15
	Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	7	0,07	5,50	0,07	49,60	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
392	Чай с сахаром	150	1,0	1,2	9,2	52,40	1,1
	Киви	45	0,33	0,005	4,10	23,60	30,00
	Яйцо отварное	40	5,2	4,4	0,44	62,00	
Завтрак2							
10-00	Сок фруктовый	113	0,1		10,3	42,00	0,8
Обед							
622 (з)	Салат из морской капусты с брусникой и растительным маслом	40	0,1	3,8	0,4	27,1	1,6
87	Суп рыбный (с пшеном)	150	4,9	2,8	10,6	105,7	2,9
281	Котлета мясная, запеченная с соусом молочным	55	5,7	7,1	5,4	126,50	0,3
336	Капуста тушеная	110	1,0	2,6	3,2	49,9	5,6
376	Компот из сушеных фруктов (курага)	150	0,8	0,1	14,4	62,70	9,0
	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	
Полдник							
738	Печенье	40	3,3	1,8	28,8	157,20	0,5
	Снежок	150	4,3	3,7	12,0	109,00	1,3
Ужин							
	Икра из баклажанов	30	0,4	1,5	1,9	23,60	2,4
315	Рис отварной	100	2,3	4,9	15,5	146,10	
301	Птица тушеная	80	7,4	2,2	1,2	58,30	0,2
374	Компот из апельсинов	150	0,2	0,1	11,4	48,80	8,0
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 5, НЕДЕЛЯ I 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		
			50,1	51,2	189,6		
						1525,7	64,1

04.05.2023

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 44"

Любовная И. Г.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад №44"

05.05.2023

Сезон: Ограниченный

с 01 сентября по 01 марта

День: 5 Неделя: 1

Возрастная категория: 3-7 лет

Завтрак								
231	Сырники из творога	90	12,9	11,1	9,5	208,80	0,23	
	Джем	25	0,1	0,1	5,2	22,10	0,2	
	Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	9	0,1	7,8	0,1	70,90		
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10		
392	Чай с сахаром	180	1,2	1,5	12,0	64,0	1,30	
	Киви	45	0,33	0,005	4,10	23,60	30,0	
	Яйцо отварное	40	5,2	4,4	0,44	62,00		
Завтрак2								
10-00	Сок фруктово-овощной	113	0,1		10,3	42,00	0,8	
Обед								
622 (з)	Салат из морской капусты с брусникой и растительным маслом	60	0,2	5,2	1,1	45,57	2	
87	Суп рыбный (с пшеном)	200	6,5	3,7	14,1	140,93	3,8	
281	Котлета мясная, запеченная с соусом молочным	70	7,2	9,1	6,9	161,00	0,35	
336	Капуста тушеная	120	1,1	2,8	3,5	54,89	6,12	
376	Компот из сушеных фруктов (курага)	180	0,96	0,12	17,28	75,24	10,80	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10		
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63		
Полдник								
738	Печенье	40	3,9	2,1	33,60	185,20	0,57	
	Ряженка	190	5,2	4,5	15,0	134,0	1,32	
Ужин								
	Икра из баклажанов	30	0,4	1,5	1,9	23,60	2,4	
315	Рис отварной	110	2,53	5,39	17,10	160,71		
301	Птица тушеная	90	8,4	2,5	1,4	65,6	0,23	
374	Компот из апельсинов	180	0,24	0,12	13,3	58,5	9,60	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63		
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64		
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 5, НЕДЕЛЯ 1 СЕЗОН ОГРАНИЧЕННЫЙ (с 01.03 по 01.09), возрастная категория 3-7 лет				Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
				Б	Ж	У		
				61,7	64,0	233,6		