

Утверждаю:
и.о. Заведующего МКДОУ
Быковский детский сад №5 «Аленка»



Н.Н. Титкова

Дата 09 января 2023 года
Возраст 1,0 – 3,0 лет

Наименование изделий (блюда)	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Вит С, мг
Завтрак						
Суп молочный с крупой "Артек"	200	7,7	8,39	22,38	195,02	1,09
Масло сливочное	5	0,03	4,13	0,04	37,38	0
Кофейный напиток на молоке	150	2,27	2,63	12,08	78,81	0,98
Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	107,51	0
Итого за прием		13,55	15,59	56,23	418,71	2,07
Второй завтрак						
Фрукты свежие	70	1,05	0,35	14,7	63,63	7
Итого за прием		1,05	0,35	14,7	63,63	7
Обед						
Салат из белокачанной капусты.	40	0,61	1,99	3,68	34,69	14,1
Борщ с капустой и картофелем.	200/10	1,66	5,33	10,32	95,36	6,36
Плов из курицы 2 вар	150	19,88	25,74	26,2	418,07	0,54
Чай с молоком и сахаром	150	1,1	0,84	6,17	35,49	0,19
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	53,03	0
Итого за прием		25,22	34,25	56,4	636,64	21,23
Полдник						
Пудинг из творога с молочным соусом.	80/25	14,06	4,12	21,28	177,92	0,08
Кисель из плодов шиповника (витаминный), ТТК	150	0,2	0,07	24,32	96,47	24
Итого за прием		14,26	4,18	45,6	274,39	24,08
Итого за день		54,08	54,37	172,93	1394,21	54,37

Утверждаю:
и.о. Заведующего МКДОУ
Быковский детский сад №5 «Аленка»



Н.Н. Титкова

Дата 09 января 2023 года
Возраст 3,0 – 7,0 лет

Наименование изделий (блюда)	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Вит С, мг
Завтрак						
Суп молочный с крупой "Артек"	250	9,63	10,49	27,98	243,78	1,37
Масло сливочное	5	0,03	4,13	0,04	37,38	0
Кофейный напиток на молоке	200	3,11	3,39	15,08	100,58	0,57
Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	107,5	0
Итого за прием		16,32	18,45	64,83	489,24	1,94
Второй завтрак						
Фрукты свежие	90	1,35	0,45	18,9	82,89	9
Итого за прием		1,35	0,45	18,9	82,89	9
Обед						
Салат из белокачанной капусты.	60	0,91	2,99	5,52	52,03	21,2
Борщ с капустой и картофелем.	250/15	2,13	7,15	12,98	124,24	7,96
Плов из курицы 2 вар	200	25,17	33,02	35,73	543,68	0,71
Чай.	200	0,11	0,03	0,02	0,8	0
Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	67,18	0
Итого за прием		30,83	43,65	66,95	787,93	29,87
Полдник						
Пудинг из творога с молочным соусом.	120/40	21,21	6,22	32,24	269,18	0,22
Кисель из плодов шиповника.	180	0,24	0,09	29,19	115,76	28,8
Итого за прием		21,45	6,31	61,43	384,94	29,02
Итого за день		69,95	68,86	212,11	1745	