

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ
Быковский детский сад № 5 «Аленка»
Н.Н. Титкова



Дата 16 января 2023 года
Возраст 1,0 – 3,0 лет

Наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Вит С, мг
Завтрак						
Суп молочный с овощами	200	4,72	5,6	14,46	127,22	6,98
Масло сливочное	5	0,03	4,13	0,04	37,38	0
Какао с молоком	150	2,73	2,05	9,91	67,64	0,39
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,7	0
Итого за прием		9,85	12,07	38,9	303,9	7,37
Второй завтрак						
Фрукты свежие	70	1,05	0,35	14,7	64,47	7
Итого за прием		1,05	0,35	14,7	64,47	7
Обед						
Салат из моркови	40	0,43	1,99	6,21	43,58	1,67
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,17	2,26	15,09	90,8	5,28
Биточки рубленые из птицы	50	7,11	7,65	4,87	117,09	0,8
Рагу из овощей	100	1,88	5,29	10,89	99,3	7,59
Сок фруктовый	150	0,71	0,13	13,79	58,73	1,2
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	53,03	0
Итого за прием		14,28	17,68	60,87	462,52	16,54
Полдник						
Пирожки печеные с яблоками	70	4,51	4,24	33,82	191,68	0
Чай с молоком ТТК	150	1,24	0,95	1,85	20,61	0,22
Итого за прием		5,74	5,19	35,68	212,29	0,22
Итого за день		30,92	35,29	150,14	1043,2	31,12

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ
Быковский детский сад № 5 «Аленка»
Н.Н. Титкова



Дата 16 января 2023 года
Возраст 3,0 – 7,0 лет

Наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Вит С, мг
Завтрак						
Суп молочный с овощами	250	5,9	7	18,07	159,02	8,72
Масло сливочное	5	0,03	4,13	0,04	37,38	0
Какао с молоком	200	3,64	3,34	13,73	97,69	0,52
Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	59,73	0
Вафли	30	0,84	0,99	23,19	101,47	0
Итого за прием		12,38	15,71	67,11	455,28	9,24
Второй завтрак						
Фрукты свежие	70	1,05	0,35	14,7	64,47	7
Итого за прием		1,05	0,35	14,7	64,47	7
Обед						
Салат из моркови	60	0,65	2,99	9,32	65,37	2,5
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,71	2,82	18,87	113,49	6,6
Биточки рубленые из птицы	60	8,53	9,18	5,84	140,51	0,96
Рагу из овощей	100	1,88	5,29	10,89	99,3	7,59
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	85,68	4
Хлеб пшеничный	17	1,34	0,17	8,21	40,61	0
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	53,03	0
Итого за прием		18,1	21,01	83,34	597,99	21,65
Полдник						
Пирожки печеные с яблоками	80	5,15	4,85	38,66	219,06	0
Чай с молоком	200	1,47	1,57	2,16	28,33	0,26
Итого за прием		6,62	6,42	40,81	247,39	0,26
Итого за день		38,16	43,48	205,97	1365,13	38,15