

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



Н.Н. Титкова

Дата 19 января 2023 года  
Возраст 1,0 – 3,0 лет

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



Н.Н. Титкова

Дата 19 января 2023 года  
Возраст 3,0 – 7,0 лет

Наименование изделий (блюд)	Выход д, г	Белки, г	Жиры, г	Углев оды, г	ЭЦ, ккал	Вит С, мг
Завтрак						
Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,71	6,55	19,53	163,52	0,96
Яйцо вареное	40	4,83	4,37	0,22	59,49	0
Кофейный напиток на молоке	150	2,13	2,31	10,99	71,3	0,39
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,67	0
Итого за прием		16,03	13,53	45,23	365,97	1,35
Второй завтрак						
Фрукты свежие	80	0,29	0,29	7,13	32,79	7,27
Итого за прием		0,29	0,29	7,13	32,79	7,27
Обед						
Салат "Пестрый"	40	0,42	2,03	3,88	35	1,6
Суп картофельный с клецками	200/25	2,29	2,49	14,18	89,66	5,28
Запеканка капустная с мясом	150	15,77	12,99	16,95	248,6	29,22
Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	64,26	3
Хлеб пшеничный	10	0,79	0,1	4,83	23,89	0
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	53,03	0
Итого за прием		22	18,12	65,01	514,44	39,1
Полдник						
Вареники ленивые	90/4	13,63	9,53	13,17	194,8	0,35
Чай с молоком и сахаром	150	1,1	0,84	6,17	35,49	0,19
Итого за прием		14,73	10,37	19,35	230,29	0,33
Итого за день		53,05	42,31	136,72	1143,5	48,06

Наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углев оды, г	ЭЦ, ккал	Вит С, мг
Завтрак						
Суп молочный с макаронными изделиями.	250	8,38	8,19	24,41	204,4	1,2
Яйцо вареное	40	4,83	4,37	0,22	59,49	0
Кофейный напиток на молоке.	200	3,11	3,39	15,08	100,58	0,57
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	119,45	0
Итого за прием		20,27	16,45	63,86	483,91	1,77
Второй завтрак						
Фрукты свежие	80	0,29	0,29	7,13	32,79	7,27
Итого за прием		0,29	0,29	7,13	32,79	7,27
Обед						
Салат "Пестрый"	60	0,62	3,04	5,82	52,5	2,4
Суп картофельный с клецками	250/30	3,14	3,78	19,63	126,86	6,57
Запеканка капустная с мясом	200	21,03	17,21	22,6	330,41	38,96
Кисель из концентрата.	180	0	0	15,65	60,88	7,2
Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,25	35,84	0
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	70,71	0
Итого за прием		28,62	24,65	84,3	677,2	55,13
Полдник						
Вареники ленивые	120/5	18,63	12,65	17,64	261,44	0,48
Чай с сахаром	200	0,11	0,03	9,1	35,25	0
Итого за прием		18,74	12,67	26,74	296,69	0,19
Итого за день		67,92	54,07	182,03	1490,6	64,37