



Утверждаю:

Заведующий МКДОУ

Быковский детский сад № 5 «Аленка»

Н.Н. Титкова

Дата 25 мая 2023 года  
Возраст 1,0 – 3,0 лет

| Наименование изделий (блюд)          | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углев. ода, г | ЭЦ, ккал | Вит С, мг |
|--------------------------------------|----------|----------|---------|---------------|----------|-----------|
| <b>Завтрак</b>                       |          |          |         |               |          |           |
| 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      |
| <b>Второй завтрак</b>                |          |          |         |               |          |           |
| 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      |
| <b>Обед</b>                          |          |          |         |               |          |           |
| 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      |
| <b>Полдник</b>                       |          |          |         |               |          |           |
| 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     |



Утверждаю:

Заведующий МКДОУ

Быковский детский сад № 5 «Аленка»

Н.Н. Титкова

Дата 25 мая 2023 года  
Возраст 3,0 – 7,0 лет

| Наименование изделий (блюд)           | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углев. ода, г | ЭЦ, ккал | Вит С, мг |
|---------------------------------------|----------|----------|---------|---------------|----------|-----------|
| <b>Завтрак</b>                        |          |          |         |               |          |           |
| 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      |
| <b>Второй завтрак</b>                 |          |          |         |               |          |           |
| 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      |
| <b>Обед</b>                           |          |          |         |               |          |           |
| 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     |
| <b>Полдник</b>                        |          |          |         |               |          |           |
| 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     |