

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

Н.Н. Титкова

Дата 02 октября 2023 года  
Возраст 1,0 – 3,0 лет

| Наименование изделий (блюд)              | Выход, д, 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 02 октября 2023 года  
Возраст 3,0 – 7,0 лет

| Наименование изделий (блюд)              | Выход, д, 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     |