

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

Дата
Возраст

10 октября 2023 года
1,0 – 3,0 лет

Дата
Возраст

10 октября 2023 года
3,0 – 7,0 лет

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

| Наименование изделий (блюдо) | Выход, д, г | Белки, г | Жиры, г | Углево-ды, г | ЭЦ, ккал | Вит С, мг |
|---|-------------|----------|---------|--------------|----------|-----------|
| Завтрак | | | | | | |
| Омлет натуральный | 75/3 | 7,15 | 11,21 | 1,38 | 134,83 | 0,14 |
| Какао с молоком | 150 | 5,1 | 3,96 | 13,71 | 109,05 | 0,84 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,98 | 0,25 | 12,08 | 59,73 | 0 |
| Итого за прием | | 14,23 | 15,42 | 27,16 | 303,61 | 0,98 |
| 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 "Студенческий" | 30 | 1,95 | 3,3 | 3,51 | 51,68 | 2,24 |
| Суп крестьянский с крупой | 200/10 | 2,44 | 6,9 | 11,79 | 119,79 | 5,75 |
| Жаркое по-домашнему | 150 | 16,9 | 15,67 | 8,19 | 241,74 | 1,68 |
| 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 | | 24,37 | 27,06 | 39,68 | 501,74 | 9,86 |
| Полдник | | | | | | |
| Сложный овощной гарнир (картофель, капуста тушеная) | 100 | 2,38 | 3,24 | 11,13 | 84,01 | 14,88 |
| Сок фруктовый | 150 | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 64,26 | 3 |
| Хлеб пшеничный | 23 | 1,82 | 0,23 | 11,11 | 54,95 | 0 |
| Итого за прием | | 4,94 | 3,62 | 37,39 | 203,22 | 17,88 |
| Итого за день | | 44,6 | 46,45 | 118,94 | 1073 | 35,72 |

| Наименование изделий (блюдо) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | ЭЦ, ккал | Вит С, мг |
|---|----------|----------|---------|-------------|----------|-----------|
| Завтрак | | | | | | |
| Омлет натуральный | 90/4 | 8,59 | 13,79 | 1,66 | 164,79 | 0,17 |
| Какао с молоком | 200 | 5,68 | 4,38 | 17,1 | 97,69 | 0,91 |
| Хлеб пшеничный | 45 | 3,56 | 0,45 | 21,74 | 107,51 | 0 |
| Итого за прием | | 17,83 | 18,61 | 40,49 | 400,48 | 1,08 |
| Второй завтрак | | | | | | |
| Фрукты свежие | 75 | 1,13 | 0,38 | 15,75 | 69,08 | 7,5 |
| Итого за прием | | 1,13 | 0,38 | 15,75 | 69,08 | 7,5 |
| Обед | | | | | | |
| Салат "Студенческий" | 40 | 2,6 | 4,4 | 4,69 | 68,9 | 2,99 |
| Суп крестьянский с крупой | 250/15 | 3,11 | 9,11 | 14,82 | 154,77 | 7,19 |
| Жаркое по-домашнему | 180 | 18,39 | 18,93 | 12 | 292,44 | 5,59 |
| Сок фруктовый | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 85,68 | 4 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 35,36 | 0 |
| Итого за прием | | 26,42 | 32,88 | 58,38 | 637,16 | 19,77 |
| Полдник | | | | | | |
| Колбаса вареная отварная | 50 | 6,89 | 4,48 | 0,05 | 68,01 | 0 |
| Сложный овощной гарнир (картофель, капуста тушеная) | 100 | 2,39 | 3,24 | 11,17 | 84,24 | 15 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,11 | 0,03 | 9,1 | 35,25 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 1,19 | 0,15 | 7,25 | 35,84 | 0 |
| Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,3 | 8,35 | 44,2 | 0 |
| Итого за прием | | 12,22 | 8,19 | 35,92 | 267,53 | 14,97 |
| Итого за день | | 57,59 | 60,05 | 150,54 | 1374,24 | 43,32 |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 646116746743375933883833707902081325236681597619

Владелец Титкова Надежда Николаевна

Действителен с 01.03.2023 по 29.02.2024