

Утверждаю  
и.о.заведующего МДОУ  
«Детский сад №23 «Золотой ключик»  
О.П. Нуштайкина



Дата: 07.11 2023г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Вареники ленивые с маслом	125	20.08	9.86	9.20	247.68	230
	Чай с сахаром	180	0,09	0	13,5	54	376
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,24	9,66	47	Прилож
<b>Итого за завтрак</b>		<b>325</b>	<b>21.75</b>	<b>10.10</b>	<b>32.36</b>	<b>348.68</b>	
2-й завтрак	Фрукты по сезону	шт	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>10</b>	<b>44</b>	<b>368</b>
Обед	Борщ с капустой и картофелем	200	1.73	4.33	10.28	81	57
	Тефтели из говядины	70	5,15	3,87	5,13	77,58	287
	Макароны отварные с маслом	155	5.68	4.36	27.25	171	205,204
	Кисель	150	0,89	0,05	52	103,5	883
	Хлеб пшеничный	30	1.98	0.36	10.59	54	прилож
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.59	54	прилож
<b>Итого за обед</b>		<b>635</b>	<b>17.41</b>	<b>13.73</b>	<b>125.84</b>	<b>585.08</b>	
Полдник	Сдоба обыкновенная	100	7,76	4,72	52,3	282	466
	Молоко кипяченое	180	5.48	5.45	-	102	400
<b>Итого за полдник</b>		<b>280</b>	<b>13,24</b>	<b>10,17</b>	<b>52,3</b>	<b>384</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1340</b>	<b>52.40</b>	<b>34</b>	<b>220.50</b>	<b>1361.76</b>	