



Утверждаю

и.о. заведующего МДОУ

«Детский сад №23 «Золотой ключик»

О.П. Нуштайкина

Дата: 14.11 2023г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша молочная пшеничная	210	6.64	7.59	28.13	204	99
	Чай с сахаром	180	0.09	0	13.5	54	392
	Бутерброд с маслом (масло Крестьянское сладкосливочное МДЖ 72.5%)	30/10	2.45	7.55	14.62	136	3/13
Итого за завтрак		430	9.180	15.14	56.25	394	
2-й завтрак	Фрукты по сезону	шт	0,4	0,4	10	44	368
Обед	Борщ с капустой и картофелем	200	1.73	4.33	10.28	81	57
	Пюре картофельное	155	3,08	4,22	20,64	135	321
	Рулет с яйцом	80	9,98	8,11	5,4	145	295
	Чай с сахаром	150	0.06	0.02	11,25	40	392
	Хлеб пшеничный	30	1.98	0.36	10.59	54	прилож
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.59	54	прилож
Итого за обед		645	18,81	17,4	68.75	509	
Полдник	Булочка «Рогалик»	60	8	11	60	360	473
	Молоко кипяченое	180	5.48	5.45	-	102	400
Итого за полдник		240	13.48	16.45	60	462	
Итого за день		1415	33.41	40.33	175.21	1409	