

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



Дата: 27.11 2023г.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | омлет | 85 | 13.9 | 25 | 2.9 | 292 | 155 |
| | Икра кабачковая | 30 | 1.6 | 6.3 | 7.4 | 90.80 | |
| | Чай с сахаром | 180 | 0.09 | 0 | 13.5 | 54 | 392 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,32 | 0,24 | 7,06 | 53 | прилож |
| Итого за завтрак | | 315 | 16.09 | 31.54 | 30.86 | 489.80 | |
| 2-й завтрак | | | | | | | |
| Обед | Суп картофельный перловый | 200 | 1,676 | 2,688 | 9,711 | 69,8 | 80 |
| | Котлеты рыбные | 80 | 10,64 | 3,76 | 7,67 | 107 | 255 |
| | Рагу овощное | 155 | 3,2 | 4,123 | 22,5 | 139,5 | 168 |
| | Компот из сухофруктов | 180 | 0.06 | - | 16.36 | 65 | 376 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1,32 | 0,24 | 7,06 | 53 | прилож |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1.98 | 0.36 | 10.59 | 54 | прилож |
| Итого за обед | | 675 | 19,23 | 11,23 | 74,71 | 497,3 | |
| Полдник | Бутерброд с повидлом | 55 | 3,42 | 5,4 | 37,9 | 214,5 | 2 |
| | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 | 397 |
| Итого за полдник | | 235 | 7,09 | 8,59 | 53,72 | 321,5 | |
| Итого за день | | 1225 | 42.40 | 51.36 | 159.29 | 1308.60 | |