

Дата: 31.10 2023г.



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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>430</b>	<b>9.180</b>	<b>15.14</b>	<b>56.25</b>	<b>394</b>	
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
<b>Итого за обед</b>		<b>645</b>	<b>18,81</b>	<b>17,4</b>	<b>68.75</b>	<b>509</b>	
Полдник	Булочка «Рогалик»	60	8	11	60	360	473
	Молоко кипяченое	180	5.48	5.45	-	102	400
<b>Итого за полдник</b>		<b>240</b>	<b>13.48</b>	<b>16.45</b>	<b>60</b>	<b>462</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1415</b>	<b>33.41</b>	<b>40.33</b>	<b>175.21</b>	<b>1409</b>	