

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



Дата: 25.12 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	