

Заведующий МБДОУ (Панова Т.В.)

УТВЕРЖДЕНО
Медико-психиатрической
21.04.2025
учреждению
разработано
Уголовный
Ясли

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Макароны отварные с маслом, сахаром	100	110	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Чай с сахаром	180	200	10,78	11,98	2,74	3,04	11,68	12,98	44,3	49,22	
Пряник	30	30	2,34	2,34	4,8	4,8	18,78	18,78	127,8	127,8	
Итого за завтрак 1	310	340	13,12	14,32	7,54	7,84	30,46	31,76	172,1	177	
Завтрак 2											
Сок	100	100	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Итого за завтрак 2	100	100	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед											
Борщ постный со сметаной	180	200	1,44	1,6	3,06	3,4	7,74	8,6	64,8	72	
Оладьи из печени	90	0	15,73	0	17,28	0	8,46	0	260,5	0	
Суп картофельный	0	200	0	10,94	0	3	0	32,24	0	160,6	
Каша пшеничная	90	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Оладьи из печени	0	100	0	17,48	0	19,2	0	9,4	0	289,4	
Каша пшеничная	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	
Соленый помидор	50	0	0,55	0	0,05	0	0,8	0	6,5	0	
Компот из сухофруктов	180	0	0,94	0	0	0	24,26	0	96,7	0	
Соленый помидор	0	60	0	0,66	0	0,06	0	0,96	0	7,8	
Компот из сухофруктов	0	200	0	1,04	0	0	0	26,96	0	107,4	
Хлеб ржаной	40	0	3,08	0	0,56	0	15,08	0	80,4	0	
Хлеб ржаной	0	45	0	3,46	0	0,63	0	16,97	0	90,45	
Итого за обед	630	905	21,74	35,18	20,95	26,29	56,34	95,12	508,9	727,7	
Полдник											
Кефир	115	125	1,79	1,94	1,49	1,62	2,32	2,53	31,58	34,33	
Печенье домашнее	70	80	5,75	6,57	3,75	4,28	33,8	38,63	191,9	219,4	
Чай с сахаром	180	200	10,78	11,98	2,74	3,04	11,68	12,98	44,3	49,22	
Итого за полдник	365	405	18,32	20,49	7,97	8,94	47,81	54,14	267,8	302,9	
Ужин 1											
Яйцо вареное	40	40	0	0	0	0	0	0	0	0	
Салат из свеклы с маслом растительным	60	70	1,01	1,18	4,06	4,74	5,32	6,2	62,15	72,51	
Кисель из яблочного сока	150	0	1,02	0	0	0	21,77	0	87,15	0	
Тушеный картофель	0	100	0	2,46	0	3,55	0	12,44	0	91,18	
Булка	35	0	2,61	0	1,02	0	17,98	0	91,66	0	
Кисель из яблочного сока	0	180	0	1,22	0	0	0	26,12	0	104,6	
Булка	0	40	0	2,99	0	1,16	0	20,55	0	104,8	
Итого за ужин 1	285	430	4,65	7,86	5,08	9,45	45,06	65,3	241	373	
Итого день	1690	2180	57,83	77,85	41,53	52,52	179,7	246,3	1190	1581	

Исполнитель: Медсестра В.Д. (Тимоновская В.Д.)