

17.06.2025 г.

Наименование учреждения: МДОУ «Детский сад «Октябрьский»

| Прием пищи       | Наименование блюда                  | Масса порции | Пищевые вещества (г) |             |              | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С   | № рецептуры      | № рецептуры, технологической карты |
|------------------|-------------------------------------|--------------|----------------------|-------------|--------------|--------------------------------|-------------|------------------|------------------------------------|
|                  |                                     |              | Б                    | Ж           | У            |                                |             |                  |                                    |
| <b>Завтрак</b>   | Каша пшеничная молочная             | 200          | 5,26                 | 6,07        | 24,48        | 159,75                         | 1,46        | 96 <sup>1</sup>  | 4.7                                |
|                  | Чай с молоком                       | 180          | 2,65                 | 2,33        | 11,31        | 77                             | 1,19        | 248 <sup>1</sup> | 11.6                               |
|                  | Бутерброд с маслом сливочным, сыром | 40/5/10      | 5,06                 | 7,27        | 14,62        | 162,25                         | 0,19        | 3 <sup>5</sup>   | 10.3                               |
| <b>2 завтрак</b> | Груша                               | 180          | <b>0,72</b>          | <b>0,54</b> | <b>19,62</b> | <b>75,6</b>                    | <b>6,48</b> | 368 <sup>2</sup> | 11.1                               |
| <b>Обед</b>      | Салат из зеленого горошка с луком   | 60           | 1,57                 | 5,08        | 3,9          | 67                             | 6,6         |                  | 1.13                               |
|                  | Суп вермишелевый на курином бульоне | 250          | 2,68                 | 2,83        | 17,14        | 104,7                          | 8,25        | 38 <sup>1</sup>  | 2.6                                |
|                  | Капуста тушеная                     | 180          | 3,6                  | 5,48        | 10,82        | 122,8                          | 0,06        | 200 <sup>1</sup> | 3.4                                |
|                  | Компот из яблок                     | 180          | 0,16                 | 0,16        | 23,88        | 97,6                           | 1,72        | 372 <sup>2</sup> | 11.12                              |
|                  | Хлеб ржаной                         | 30           | 1,5                  | 0,3         | 12,75        | 61,2                           | -           | 1 <sup>2</sup>   | 10.1                               |
| <b>Полдник</b>   | Кисель п/п                          | 180          | 5,22                 | 4,5         | 7,56         | 92                             | 0,54        | 251 <sup>1</sup> | 6.4                                |
|                  | Хлеб пшеничный                      | 40           | 2,68                 | 0,28        | 20,12        | 96                             | -           | 1 <sup>2</sup>   | 10.1                               |
| <b>Ужин</b>      | Салат из свежей капусты со свеклой  | 60           | 0,55                 | 2,6         | 3,5          | 38                             | 13,9        | 21 <sup>3</sup>  | 1.16                               |
|                  | Котлета рыбная                      | 70           | 10,09                | 3,26        | 6,79         | 97                             | 0,24        | 255 <sup>2</sup> | 8.1                                |
|                  | Соус томатный                       | 30           | 0,69                 | 1,95        | 3,09         | 31                             | 0,39        | 228 <sup>2</sup> | 12.3                               |
|                  | Пюре картофельное                   | 150          | 3,06                 | 4,8         | 20,43        | 138                            | 18,15       | 206 <sup>1</sup> | 3.1                                |
|                  | Какао с молоком                     | 180          | 3,67                 | 1,3         | 13           | 90                             | 1,2         | 261 <sup>1</sup> | 11.7                               |
|                  | Хлеб ржаной                         | 20           | 1,0                  | 0,2         | 8,5          | 40,8                           | -           | 1 <sup>2</sup>   | 10.1                               |