

|               |                                                          |
|---------------|----------------------------------------------------------|
| 30.06.2025 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>   | Макароны запеченные с яйцом                                    | 200/5        | 8,11                 | 8,23        | 27,4         | 215                            | 0,45       | 208 <sup>7</sup> | 4.17                               |
|                  | Икра кабачковая                                                | 60           | 0,72                 | 2,83        | 4,63         | 46,80                          | 5,76       | к/к              | 1.26                               |
|                  | Кофейный напиток с молоком                                     | 180          | 2,0                  | 2,3         | 17           | 102                            | 0,35       | 252 <sup>7</sup> | 11.13                              |
| <b>2 завтрак</b> | Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания | 180          | <b>0,95</b>          | <b>0,07</b> | <b>18,23</b> | <b>71,32</b>                   | <b>6,8</b> | 399 <sup>7</sup> | 11.2                               |
| <b>Обед</b>      | Салат из свеклы                                                | 60           | 0,85                 | 3,65        | 5,19         | 56,34                          | 5,7        | 33 <sub>2</sub>  | 1.2                                |
|                  | Щи на мясном б-не                                              | 250          | 1,74                 | 4,88        | 9,21         | 85                             | 18,45      | 56 <sub>1</sub>  | 2.4                                |
|                  | Плов с мясом                                                   | 200          | 19,33                | 16,19       | 33,99        | 359                            | 0,96       | 304 <sup>2</sup> | 7.9                                |
|                  | Кисель из концентрата                                          | 200          | 0                    | 0           | 18           | 60                             | -          | 233 <sup>1</sup> | 11.10                              |
|                  | Хлеб ржаной                                                    | 50           | 2,5                  | 0,5         | 21,25        | 102,0                          | -          | 1 <sub>2</sub>   | 10.1                               |
| <b>Полдник</b>   | Компот из сухофруктов                                          | 180          | 5,22                 | 4,5         | 7,2          | 90                             | 1,26       | 251 <sup>1</sup> | 6.4                                |
|                  | Печенье                                                        | 35           | 3                    | 3,9         | 29,8         | 166,8                          |            | к/к              | 9.1                                |
| <b>Ужин</b>      | Сырники с морковью                                             | 150          | 19                   | 17,5        | 30,75        | 367,5                          | 0,88       | 233 <sup>7</sup> | 6.12                               |
|                  | Чай с молоком                                                  | 180          | 1,2                  | 1,3         | 13           | 90                             | 1,17       | 248 <sup>1</sup> | 11.7                               |