

III день: среда 02.04.2025г.		Неделя : первая	Наименование учреждения : <u>МДОУ «Детский сад «Октябрьский»</u>						
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ рецептуры, технологической карты
			Б	Ж	У				
Завтрак	Омлет натуральный	105	9,28	18,03	1,86	193	0,18	215 ²	5.2
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	253 ¹	11.11
	Хлеб пшеничный	40	2,84	0,44	18,56	91,6	-	1 ²	10.1
	Масло сливочное	8	0.048	6,67	-	59,84	0,056	6 ²	6.1
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	180	0,95	0,07	18,23	71,32	6,8	399 ⁷	11.2
Обед	Салат из свеклы с солёным огурцом	60	0,85	3,65	5,19	56,34	5,7	33 ²	1.2
	Суп крестьянский	250	2,31	7,73	15,42	140,58	18,4	б/н	2.14
	Гуляш	80	6	7,6	2,47	164,8	0,97	252 ¹	7.2
	Греча отварная	100	5,73	4,06	25,76	162	-	168 ¹	4.3
	Компот из сухофруктов	180	0,44	0,02	27,76	113	0,4	376 ²	11.8
	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	12,75	61,2	-	1 ²	10.1
Полдник	Сок натуральный	180	5,22	4,5	7,56	92	0,54	251 ¹	6.4
	Сушка	30	2,82	1,8	20,1	107,7	-	к/к	10.11
Ужин	Пирожок с капустой и яйцом	80	6,02	5,36	27,70	213,0	0,12	454 ²	10.13
	Рагу из овощей	200	3,24	5,39	31,45	221,3	11,06	137 ²	3.6
	Хлеб ржаной	20	1,0	0,2	8,5	40,8	-	1 ²	10.1
	Чай с молоком	180	2,65	2,33	11,31	77	1,19	261 ¹	11.6

