

Подписано цифровой подписью:

Шевцова Елена Викторовна

Дата: 2025.05.14 15:39:16 +03'00'

Утверждено

Заведующий МДОУ Е.В. Шевцова

Неделя: Первая День среда

Дата 14.05.2025

Сезон летне - осенний возрастная категория 3-7 лет

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
185	Каша жидкая манная	210	3.18	3.89	26.38	153.00
392	Чай с сахаром	180	0.06	-	9.99	40
1	Бутерброд: Хлеб пшеничный, масло сливочное	30\10	2.45	7.55	14.62	136.00
	Итого за завтрак:	430	5.69	11.44	50.99	329.00
	Обед					
58	Борщ из свежей капусты	200	1.82	4.91	12.74	102.50
3\3	Картофельное пюре	130	2.67	3.66	17.89	117
282	Биточки из говядины	80	12.44	69.27	11.08	183.00
382	Кисель из сока	180	0.51	0.05	6.22	122.58
-	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.38	46.00
-	Хлеб ржаной	20	1.33	0.24	7.10	36.18
	Итого за обед:	630	20.08	24.028	40.18	571.53
	Полдник:					
458	Ватрушка с повидлом	70	8.54	8.07	26.19	212.00
394	Чай с молоком	180	2.67	2.34	14.31	89.00
	Итого за полдник:	250	11.21	10.41	40.50	301
	Итого за день:	1310	36.98	35.88	131.67	1201.53

Дата: 2025.05.14 15:39:51 +03'00'

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
185	Каша жидкая манная	160	2.40	2.96	21.04	128.00
392	Чай с сахаром	160	0.04	0.01	6.99	28
1	Бутерброд:Хлеб пшеничный, масло сливочно	30\5	1.60	5.10	9.80	91.12
	Итого за завтрак:	355	4.04	8.07	37.83	247.12
	Обед					
58	Борщ из свежей капусты	150	1.09	2.95	7.65	61.50
130	Картофельное пюре	130	2.67	3.66	17.89	117
282	Биточки из говядины	60	10.70	7.97	9.53	157.40
382	Кисель из сока	160	0.46	0.05	25.53	98.90
-	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.38	46.00
-	Хлеб ржаной	20	1.33	0.24	7.10	36.18
	Итого за обед:	550	14.42	19.09	48.78	423.68
458	Ватрушка с повидлом	55	8.54	8.07	26.19	212.00
394	Чай с молоком	160	2.65	2.33	11.31	77.00
	Итого за полдник:	215	11.19	10.40	37.50	289.00
	Итого за день:	1120	29.65	37.56	124.11	959.8