

УТВЕРЖДЕНО

приказом заведующего МБДОУ
г. Керчи РК «Детский сад № 32
«Дюймовочка» Котовой Т.Ю.
от 28.08 2023 г. № 115-од

**ПРИМЕРНОЕ 10-ТИ ДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (от 3 до 7 лет)**



**Керчь
2023**

НЕДЕЛЯ: 1

ДЕНЬ: понедельник

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г			
ЗАВТРАК							
Каша вязкая с изюмом	205	7,43	11,92	37,91	367	1,71	176
Чай с сахаром, лимоном	180	0,06	0,02	9,99	40	2,03	392
Бутерброд с маслом сливочным	45	3,05	4,625	20,07	137,1	-	1
Сыр порции	12	3,15	3,19	-	40,8	0,084	7
		13,69	19,755	67,97	584,9	3,824	
2 ЗАВТРАК							
Соки овощные фруктовые,ягодные	100	0,9	-	18,18	76	3,6	399
ОБЕД							
Салат из белокочанной капусты	50	0,7	3,03	4,51	43,7	16,2	20
Борщ картофелем	250	1,8	4,9	12,74	102,5	10,2	58
Котлета мясная	80	12,44	9,24	12,56	183	0,12	282
Макароны с масл.	130	4,73	0,713	26,96	129,87	-	204
Кисель из джема	180	0,07	-	20,05	80,5	0,06	383
Хлеб ржаной	50	4,25	0,5	21,5	105		
		23,99	18,383	98,32	644,57	26,58	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102	2,46	400
Булочка веснушка	70	5,46	4,28	37,7	211,4	-	473
Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	44	10,00	368
		11,34	9,56	56,57	357,40	12,46	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		49,92	47,698	241,04	1662,87	46,464	

СУММАРНЫЙ ОБЪЕМ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Завтрак		Обед		Полдник	
норма	факт	норма	факт	норма	факт
400-550	4542	600-800	740	250-450	350

Дополнительные блюда для уплотненного полдника дошкольные группы 12 ч

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г			
Суп молочный с крупой	200	6,9	6,4	22,90	177,70	1,1	94
хлеб пшеничный	40	3,0	1,0	20	104	-	

НЕДЕЛЯ: 1

ДЕНЬ: вторник

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Суп молочный с крупой	200	7,4	7,4	22,4	186	1,1	94
Чай с сахаром, лимоном	180	0,06	0,02	9,99	40	2,03	392
Бутерброд со сливочным маслом	45	3,05	4,625	20,07	137,10		1
		10,51	12,045	52,46	363,10	3,13	
2 ЗАВТРАК							
Соки овощные, фруктовые, ягодные	100	0,9	-	18,18	76	3,6	399
ОБЕД							
Салат из свеклы	50	0,712	3,04	4,18	46,95	4,75	33
Рассольник	200	2,07	5,09	14,77	113,20	5,496	75
Тефтели рыбные паровые	80	9,57	3,72	9,68	111	0,12	261
Соус № 355,356	30	0,5	1,7	2,1	26	0,4	356
Картофельное пюре	130	2,45	3,84	16,35	110	15,74	321
Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,12	24,9	101,8	0,4	376
Хлеб ржаной	50	4,25	0,5	21,5	105	-	
		19,952	18,01	93,48	613,95	26,906	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102	2,46	400
Сырники из творога	100	18,69	12,67	11,40	234	0,25	231
Соус № 351,350,366	30	0,4	1,0	2,7	20	0,04	
Салат из моркови	40	0,499	0,038	4,645	20,92	1,92	41
Фрукты по сезону	100	1,5	0,5	21,0	95	10,00	368
		26,569	19,088	48,815	417,92	14,67	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		57,931	49,143	212,935	1470,97	48,306	

СУММАРНЫЙ ОБЪЕМ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Завтрак		Обед		Уплотненный полдник	
норма	факт	норма	факт	норма	факт
400-550	525	600-700	720	250-450	450

Дополнительные блюда для уплотненного полдника дошкольные группы 12 ч

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Яйцо вареное	1 шт.	5,08	4,6	0,28	63		
Хлеб	40	3,0	1,0	20	104		

НЕДЕЛЯ: 1

ДЕНЬ: среда

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Суп молочный с крупой	200	7,4	7,4	22,4	186	1,1	94
Чай с сахаром, с лимоном	180	0,06	0,02	9,99	40	2,03	392
Бутерброд со сливочным маслом	45	3,05	4,625	20,07	137,10		1
Сыр порции	12	3,15	3,19	-	40,80	0,084	7
		13,66	15,235	52,46	403,90	3,214	
2 ЗАВТРАК							
Соки овощные, фруктовые, ягодные	100	0,9	-	18,18	76	3,6	399
ОБЕД							
Овощи по сезону	50	0,6	0,1	1,9	10,9	8,75	
Суп с клецками	250	6,05	3,6	15,66	119	11,2	85
Птица тушеная в соусе с овощами	230	11,94	8,64	20,88	209	9,24	302
Соус № 354	30	0,42	1,5	1,762	22,25	0,011	354
Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,12	24,9	101,80	0,4	376
Хлеб ржаной	50	4,25	0,5	21,50	105		
		23,66	14,46	86,602	567,95	29,601	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Икра овощная	80	2,66	3,69	9,9	80,40	5,4	54
Омлет	80	7,52	13,46	1,51	157	0,15	215
Кофейный напиток	180	2,8	2,4	14,36	91	1,17	395
Хлеб пшеничный	40	3,0	1,0	20	104		
Фрукты по сезону	100	1,5	0,5	21,0	95	10,00	368
		17,48	21,05	66,77	527,40	16,72	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		55,70	50,745	224,012	1575,25	53,135	

СУММАРНЫЙ ОБЪЕМ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Завтрак		Обед		Уплотненный полдник	
норма	факт	норма	факт	норма	факт
400-550	537	600-800	790	250-450	480

Дополнительные блюда для уплотненного полдника 1 младшая 12 ч

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
кондитерские изделия	40	3,0	6,8	27,20	184		

НЕДЕЛЯ: 1

ДЕНЬ: четверг

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Суп молочный с крупой	200	6,9	6,4	22,9	177,7	1,1	94
Чай с сахаром, с лимоном	180	0,06	0,02	9,99	40	2,03	392
Бутерброд со слив. мас.	45	3,05	4,625	20,07	137,10		1
Яйцо вареное	30	2,54	2,3	0,14	31,5		
		12,55	13,345	53,1	386,30	3,13	
2 ЗАВТРАК							
Соки овощные, фруктовые, ягодные	100	0,9	-	18,18	76	3,6	399
ОБЕД							
Овощи по сезону	50	0,6	0,01	1,9	10,9	8,75	
Борщ с капустой, картофелем	250	2,042	5,0	14,11	109,75	8,78	57
Котлета мясная	80	12,44	9,24	12,56	183	0,12	282
Каша рассыпчатая	130	6,42	4,2	28,76	178,8	0,52	168
Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,12	24,9	101,80	0,4	376
Хлеб ржаной	50	4,25	0,5	21,5	105		
		26,152	19,07	103,73	689,25	18,57	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102	2,46	400
Запеканка из творога	100	17,54	12,05	17,15	247	0,24	237
Соус № 350, 351, 366	30	0,58	1,35	3,97	30,45	0,09	351
Фрукты по сезону	100	0,4	0,4	9,8	44	10,00	368
Салат из моркови с яблоком	40	0,344	2,088	3,148	32,76	2,78	40
		24,344	20,768	43,138	456,21	15,57	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		63,946	53,183	218,148	1607,76	40,87	

СУММАРНЫЙ ОБЪЕМ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Завтрак		Обед		Уплотненный полдник	
норма	факт	норма	факт	норма	факт
400-550	555	600-800	740	250-450	450

Дополнительные блюда для уплотненного полдника дошкольные группы 12

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
сыр	15	3,48	4,43	-	54	0,11	7
хлеб пшеничный	40	3,0	1,0	20	104		

НЕДЕЛЯ: 1

ДЕНЬ: пятница

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Суп молочный с крупой	200	7,4	7,4	22,40	186	1,1	94
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	397
Бутерброд со сливочным маслом	45	3,05	4,625	20,07	137,10		1
		14,12	15,215	58,29	430,1	2,53	
2 ЗАВТРАК							
Соки овощные, фруктовые, ягодные	100	0,9	-	18,18	76	3,6	399
ОБЕД							
Салат из белокочанной капусты	50	0,70	3,03	4,51	43,7	16,22	20
Суп картофельный с крупой	200	2,4	2,8	15,87	97,7	8,2	80
Суфле из отварного мяса	80	15,56	11,39	16,7	232	-	279
Соус № 354	30	0,42	1,5	1,762	22,25	0,011	
Картофель отварной с маслом	130	2,44	3,336	19,264	116,80	17,58	125
Компот из свежих фруктов	180	0,16	0,16	23,88	97,60	1,72	372
Хлеб ржаной	50	4,25	0,5	21,50	105		
		25,93	22,716	103,486	715,05	43,731	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Котлета рыбная	80	1,66	4,048	14,21	90,56	9,44	255
Рис припущенный	80	2,4	2,9	24,4	133,3	-	316
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	392
Хлеб пшеничный	40	3,0	1,0	20	104		
Кондитерские изделия	40	3,0	6,8	27,2	184		
		10,12	14,768	95,8	551,86	9,47	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		51,07	52,699	275,756	1773,01	59,331	

СУММАРНЫЙ ОБЪЕМ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Завтрак		Обед		Уплотненный полдник	
норма	факт	норма	факт	норма	факт
400-550	525	600-800	720	250-450	420

Дополнительные блюда для уплотненного полдника дошкольные группы 12 ч

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
фрукты	100	1,5	0,5	21,0	95	10,0	368

НЕДЕЛЯ: 2

ДЕНЬ: понедельник

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Макароны отварные с сыром	175/5/20	11,17	10,28	31,78	264	0,14	206
Чай с сахаром, с лимоном	180	0,06	0,02	9,99	40	2,03	392
Бутерброд со сливочным маслом	45	3,05	4,625	20,07	137,1		1
		14,28	14,925	61,84	441,1	2,17	
2 ЗАВТРАК							
Соки овощные, фруктовые, ягодные	100	0,9	-	18,18	76	3,6	399
ОБЕД							
Свекла тушенная в смет. соусе	50	0,809	0,645	5,2	29,85	0,57	340
Щи со свежей капустой с картофелем	200	1,74	4,88	8,48	67,6	18,46	67
Тефтели мясные 1 вариант	80	11,36	12,33	14,19	215	1,05	286
Соус 348,354,355	30	0,5	1,7	2,1	26	0,4	
Каша пшеничная	130	3,71	3,95	24,336	118,68	0,52	168
Компот из свежих плодов	180	0,11	0,1	21,5	87,9	1,5	372
Хлеб ржаной	50	4,25	0,5	21,5	105		
		22,479	24,105	97,306	650,03	22,50	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102	2,46	400
Пирожки печеные	80	5,86	9,04	32,16	196,8	0,176	454
Фрукты	100	1,5	0,5	21,0	95	10,00	368
		12,84	14,42	62,23	393,8	12,636	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		50,499	53,45	239,556	1560,93	40,906	

СУММАРНЫЙ ОБЪЕМ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Завтрак		Обед		Полдник	
норма	факт	норма	факт	норма	факт
400-550	525	600-800	710	250-450	360

Дополнительные блюда для уплотненного полдника дошкольные группы 12 ч

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Суп молочный с крупой	200	6,9	6,4	22,9	177,1	1,1	94
Хлеб пшеничный	40	3,0	1,0	20	104		

НЕДЕЛЯ: 2

ДЕНЬ: вторник

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Суп молочный с крупой (манка)	200	6,9	6,4	22,9	177,7	1,1	94
Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,4	14,36	91	1,17	395
Бутерброд со сливочным маслом	45	3,05	4,625	20,07	137,1		
Яйцо вареное	30	2,54	2,3	0,14	31,5		
		15.29	15.725	57.47	437.3	2.27	
2 ЗАВТРАК							
Соки овощные, фруктовые, ягодные	100	0,9	-	18,18	76	3,6	399
ОБЕД							
Салат из белокачанной капусты	50	0,7	3,03	4,51	43,7	16,22	20
Суп картофельный с крупой	200	1,66	4,048	14,216	90,56	9,44	80
Котлета рыбная	80	10,09	3,26	6,79	97	0,24	255
Картофельное пюре	130	2,45	3,84	16,35	110	15,74	321
Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,12	24,9	101,8	0,4	376
Хлеб ржаной	50	4,25	0,5	21,5	105	-	
		19,55	14,798	88,266	548,06	42,04	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102	2,46	400
Вареники ленивые	100	16,74	8,22	16,368	206,4	0,41	229
Соус № 351	30	0,58	1,35	3,97	30,45	0,09	
Салат из моркови	40	0,499	0,038	4,645	20,92	1,92	41
Фрукты по сезону	100	1,5	0,5	21,0	95	10,00	368
		24,799	14,988	55,053	454,77	14,88	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		60,539	45,511	218,969	1516,13	62,79	

СУММАРНЫЙ ОБЪЕМ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Завтрак		Обед		Уплотненный полдник	
норма	факт	норма	факт	норма	факт
400-550	555	600-800	690	250	450

Дополнительные блюда для уплотненного полдника дошкольные группы 12 ч

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
сыр	15	3,48	4,43	-	54	0,11	
хлеб пшеничный	40	3,0	1,0	20	104		

НЕДЕЛЯ: 2

ДЕНЬ: среда

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Суп молочный с крупой (овсянка)	200	7,4	7,4	22,4	186	1,1	94
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	397
Бутерброд со сливочным маслом	45	3,05	4,625	20,07	137,1		1
Сыр порциями	15	3,48	4,43	-	54	0,11	7
		17,6	19,645	58,29	484,10	2,64	
2 ЗАВТРАК							
Соки овощные, фруктовые, ягодные	100	0,9		18,18	76	3,6	399
ОБЕД							
Овощи по сезону	50	0,6	0,1	1,9	11	8,75	
Борщ с капустой и картофелем	250	2,042	5,0	14,11	109,75	8,78	57
Плов с птицей	210	21,47	19,69	35,69	406	1,01	304
Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,12	24,9	101,8	0,4	376
Хлеб ржаной	50	4,25	0,5	21,5	105		
		28,762	25,41	98,1	733,55	18,94	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Рагу из овощей	80	0,976	5,824	6,0	80	4,42	137
Омлет	80	7,52	13,46	1,51	157	0,15	215
Кофейный напиток	180	2,8	2,4	14,36	91	1,17	395
Хлеб пшеничный	40	3,0	1,0	20,0	104		
Фрукты по сезону	100	1,5	0,5	21,0	95	10,00	368
		15,796	23,184	62,87	527	15,74	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		63,058	68,239	237,44	1820,65	40,92	

СУММАРНЫЙ ОБЪЕМ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Завтрак		Обед		Полдник	
норма	факт	норма	факт	норма	факт
400-550	535	600-800	740	450-600	480

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ БЛЮДА ДЛЯ УПЛОТНЕННОГО ПОЛДНИКА ДОШКОЛЬНЫЕ ГРУППЫ 12 Ч

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Кондитерские изделия	40	1,6	12,12	25,2	212		

НЕДЕЛЯ: 2

ДЕНЬ: четверг

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Суп молочный с крупой	200	6,9	6,4	22,9	177,7	1,1	94
Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89	1,2	394
Бутерброд со сливочным маслом	45	3,05	4,625	20,07	137,1		1
		12,62	13,365	57,28	403,8	2,3	
2 ЗАВТРАК							
Соки овощные, фруктовые, ягодные	100	0,9	-	18,18	76	3,6	399
ОБЕД							
Овощи по сезону	50	0,4	0,05	1,4	7,5	8,75	
Рассольник	200	2,236	2,628	10,24	73,6	5,496	76
Жаркое по - домашнему	220	27,53	7,47	21,95	265	8,97	276
Компот из сухофруктов	180	0,4	0,12	24,9	101,8	0,4	376
Хлеб ржаной	50	4,25	0,5	21,5	105		
Соус № 348, 354, 355	30	0,5	1,7	2,1	26	0,4	
		35,316	12,468	82,09	578,9	24,016	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102	2,46	400
Творожная запеканка	100	17,54	12,05	17,15	247	0,24	237
Фрукты по сезону	100	0,4	0,4	9,8	44	10,00	368
Соус № 351	30	0,58	1,35	3,97	30,45	0,09	
		24	18,68	39,99	423,45	12,79	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		72,836	44,513	197,54	1482,15	42,706	

СУММАРНЫЙ ОБЪЕМ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Завтрак		Обед		Уплотненный полдник	
норма	факт	норма	факт	норма	факт
400-550	470	600-800	790	250-450	430

Дополнительные блюда для уплотненного полдника дошкольные группы 12 ч

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Яйцо вареное	1 шт	5,08	4,6	0,28	63		
Хлеб пшеничный	40	3,0	1,0	20	104		

НЕДЕЛЯ: 2

ДЕНЬ: пятница

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Суп молочный с крупой (рис)	200	7,4	7,4	22,41	186	1,1	94
Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,4	14,36	91	1,17	395
Бутерброд со сливочным маслом	45	3,05	4,625	20,07	137,1		
Яйцо вареное	1 шт	5,08	4,6	0,28	63		
		18,33	19,025	57,12	477,1	2,27	
2 ЗАВТРАК							
Фрукты по сезону	100	0,4	0,4	9,8	44	10,00	368
ОБЕД							
Овощи по сезону	50	0,4	0,05	1,4	7,5	8,75	
Суп с макаронными изделиями	200	1,6	4,8	10,9	93,7	10,5	82
Котлета мясная	80	12,44	9,24	12,56	183	0,12	282
Каша гречневая вязкая	130	3,71	3,95	24,336	118,68	-	168
Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,12	24,9	101,8	0,4	376
Хлеб ржаной	50	4,25	0,5	21,5	105		
		22,80	18,66	95,596	491	19,77	
ПОЛДНИК							
Тефтели рыбные тушеные	80	9,57	3,72	9,68	111	0,12	261
Овощи тушеные, запеченные припущенные	80	2,39	4,06	12,9	98	4,42	137
Сок фруктовый	100	0,9	-	18,18	76	3,6	399
Хлеб пшеничный	40	3,0	1,0	20	104		
Кондитерские изделия	40	3,0	6,8	27,2	184		
		18,86	15,58	87,96	573	8,14	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		60,39	53,665	250,476	1585,10	40,18	

СУММАРНЫЙ ОБЪЕМ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Завтрак		Обед		Полдник	
норма	факт	норма	факт	норма	факт
400-550	465	600-700	690	250-450	340

Дополнительные блюда для уплотненного полдника дошкольные группы 12 ч

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С (мг)	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Сыр	15	3,48	4,43	-	54	0,11	7

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 360759633439360235315265728116943077456903154220

Владелец Котова Татьяна Юрьевна

Действителен с 21.03.2023 по 20.03.2024