

«Утверждаю» Директор МБДОУ

Серенко Ю.Н.

Приказ № 36 от 29.05.2026

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества		
				Белки	Жиры	Углеводы
Неделя 1						
3 день						
Завтрак	170	Суп молочный с гречневой крупой	200	4,8	5,2	16,5
	54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,5
	487	Масло сливочное	5	0,0	4,1	0,0
	114	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8
		<i>Итого за завтрак</i>	<i>435</i>	<i>7,3</i>	<i>9,5</i>	<i>37,8</i>
2ой завтрак	118	Фрукты по сезону	100	0,8	0,2	10,6
		<i>Итого за 2 завтрак</i>	<i>100</i>	<i>0,8</i>	<i>0,2</i>	<i>10,6</i>
Обед	31	Салат из свежих помидор и огурцов	60	0,5	3,1	2,2
	5К	Борщ из белокачанной капусты с картофелем	210	3,8	4,8	23,7
	375	Плов из отварной говядины	200	15,1	14,9	39,4
	6/10	Компот из сухофруктов	180	0,5	0,0	20,4
	115	Хлеб ржаной	38	2,5	0,5	12,7
	114	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4
		<i>Итого за обед</i>	<i>703</i>	<i>23,5</i>	<i>23,4</i>	<i>105,8</i>
Полдник	326	Сырники из творога	130	20,5	17,3	26,2
	490	Сгущенное молоко	30	2,2	2,6	18,7
	535	Снежок	200	5,8	5,0	8,0
		<i>Итого за полдник</i>	<i>360</i>	<i>28,5</i>	<i>24,9</i>	<i>52,9</i>
		<i>Итого за день</i>	<i>1598</i>	<i>60,1</i>	<i>58,0</i>	<i>207,1</i>
				15,2	33,0	52,3