



УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий
МБДОУ № 15 «Нэбзый»
Р.Р. Курганова

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества (мг)		
				Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Mg	Fe
День 2													
ЗАВТРАК	90	Суп молочный рисовый	200	6,40	7,36	21,04	176,66	0,06	0,16	2,34	129,06	0,00	0,40
ЗАВТРАК	3	Бутерброды с маслом и сыром	30/11/10	5,14	9,81	14,66	168,59	0,05	0,08	0,00	158,10	18,20	0,72
ЗАВТРАК	393	Чай с лимоном	180	0,14	0,04	12,11	47,54	0,00	0,00	1,49	2,73	0,73	0,06
ЗАВТРАК 2	399	Соки фруктовый в ассортименте	95	0,10	0,10	10,83	47,5	0,01	0,01	0,00	10,03	4,65	1,05
ОБЕД	81	Суп картофельный гороховый	200	5,98	5,40	19,40	150,5	0,18	0,06	15,30	30,80	30,58	1,58
ОБЕД	282.1	Котлеты, биточки, шницели рубленые	80	14,42	14,55	8,43	202,29	0,05	0,07	1,06	16,96	18,16	1,42
ОБЕД	321	Пюре картофельное	150	3,29	2,97	21,79	127,5	0,12	0,11	25,53	35,60	28,40	1,04
ОБЕД	19	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,56	1,27	1,69	21,62	0,01	0,02	3,62	12,29	7,02	0,32
ОБЕД	376	Компот из сушеных фруктов	200	0,04	0,00	13,58	51,6	0,06	0,19	0,00	14,19	8,07	0,89
ОБЕД	700	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	0,09	0,04	0,00	17,50	23,50	1,95
ОБЕД	701.1	Хлеб пшеничный	46	3,63	0,46	22,22	108,1	0,07	0,03	0,00	10,58	15,18	0,92
ПОЛДНИК	401	Ряженка	180	5,22	4,50	7,56	97,2	2,55	14,11	0,54	23,52	6,86	1,18
ПОЛДНИК	368	Банан	95	1,42	0,48	19,95	91,2	0,04	0,05	9,50	7,60	39,90	0,66
ПОЛДНИК	453	Булочка домашняя	60	6,33	6,02	39,19	235,83	0,05	0,04	0,19	16,18	6,34	0,55
УЖИН	230	Вареники ленивые	140	23,37	13,37	22,74	304,07	0,25	0,01	0,63	70,42	11,24	0,32
УЖИН	354	Соус сметанный сладкий	40	1,32	1,65	6,10	44,97	0,01	0,04	0,35	17,64	1,84	0,06
УЖИН	41	Салат из моркови	60	0,75	0,06	5,17	24,95	0,04	0,01	2,88	19,00	29,00	0,54
УЖИН	397	Какао с молоком	200	3,54	2,96	17,40	108,92	0,03	0,01	1,44	111,30	22,30	0,65
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			2066	84,95	71,60	280,56	2096,04	3,67	15,04	64,87	703,50	271,97	14,29



УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий
МБДОУ № 15 «Нэбзый»
Р.Р. Курганова

Категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическ ая ценность (ккал)	Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)		
				Б	Ж	у		В1	В2	С	Ca	Mg	Fe
День 2													
ЗАВТРАК	90	Суп молочный рисовый	150	4,57	5,97	14,53	130,74	0,04	0,12	1,76	96,80	0,00	0,30
ЗАВТРАК	3	Бутерброды с маслом и сыром	30/8/5	4,21	6,23	15,01	132,12	0,05	0,08	0,00	158,10	18,20	0,72
ЗАВТРАК	393	Чай с лимоном	150	0,14	0,03	10,14	40,11	0,00	0,00	1,25	2,28	0,61	0,05
ЗАВТРАК 2	399	Соки фруктовый в ассортименте	95	0,10	0,10	10,83	47,5	0,01	0,01	0,00	10,03	4,65	1,05
ОБЕД	81	Суп картофельный гороховый	150	4,59	5,28	15,43	127,92	0,14	0,05	11,48	23,10	22,94	1,19
ОБЕД	282.1	Котлеты, биточки, шницели рубленые	70	12,74	12,08	8,40	193,17	0,05	0,07	0,92	14,84	15,89	1,24
ОБЕД	321	Пюре картофельное	150	3,15	3,46	21,57	130,48	0,12	0,11	25,53	35,60	28,40	1,04
ОБЕД	19	Салат из соленых огурцов с луком	40	0,37	0,85	1,12	14,41	0,01	0,01	2,41	8,19	4,68	0,21
ОБЕД	376	Компот из сушеных фруктов	180	0,02	0,00	12,28	46,69	0,05	0,17	0,00	12,77	7,26	0,80
ОБЕД	700	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	0,09	0,04	0,00	17,50	23,50	1,95
ОБЕД	701.1	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94	0,06	0,02	0,00	9,20	13,20	0,80
ПОЛДНИК	401	Ряженка	150	4,35	3,75	6,30	81	2,13	11,76	0,45	19,60	5,72	0,98
ПОЛДНИК	453	Булочка домашняя	50	5,76	7,16	34,51	225,26	0,04	0,04	0,16	13,48	5,29	0,46
ПОЛДНИК	368	Банан	85	1,27	0,42	17,85	81,6	0,03	0,04	8,50	6,80	35,70	0,59
УЖИН	230	Вареники ленивые	120	17,65	11,12	16,75	237,2	0,21	0,01	0,54	60,36	9,63	0,27
УЖИН	354	Соус сметанный сладкий	35	1,15	1,45	5,34	39,35	0,01	0,04	0,30	15,44	1,61	0,05
УЖИН	41	Салат из моркови	40	0,50	0,04	3,45	16,63	0,03	0,01	1,92	12,67	19,33	0,36
УЖИН	397	Какао с молоком	180	3,19	2,68	13,90	91,55	0,03	0,01	1,30	100,17	20,07	0,59
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1765	70,22	61,62	243,43	1816,73	3,09	12,57	57,19	616,92	236,68	12,64