Утверждаю

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 77»

\_\_\_\_\_\_\_Сеидова Г.А.

01.08

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход | Химический состав | Энергетическая ценность,ккал | Витамин С,мг |
| Ясли | Сад | Белки,г | Жиры,г | Углеводы, г |
| Ясли | Сад | Ясли | Сад | Ясли | Сад | Ясли | Сад | Ясли | Сад |
| ЗАВТРАК |
| 29А | ГРЕЧА ОТВАРНАЯ С САХ  | 130/4 | 145/5 | 5,73 | 7,92 | 8,71 | 9,47 | 21,88 | 32,14 | 189,02 | 238,72 | 1,30 | 1,43 |
| 42 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ЧЕРНЫЙ | 150 | 180 | 3,0 | 3,84 | 3,80 | 4,16 | 12,10 | 18,90 | 98,99 | 117,67 | 0,15 | 0,20 |
| 39А/36А/37А | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ  | 44/7/15 | 45/10/15 | 2,28/0,05/3,51 | 3,80/0,06/3,51 | 0,18/6,60/4,75 | 0,30/8,26/4,75 | 15,66/0,08 | 26,10/0,08 | 40,95/59,84/5,65 | 58,25/74,80/5,65 | 0,24 | 0,24 |
| **ИТОГО** | 350 | 400 | 14,57 | 19,13 | 24,04 | 26,94 | 49,72 | 77,22 | 394,45 | 495,09 | 1,69 | 1,87 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК |
| 66А | СОК | 100 | 100 | 0,75 | 0,90 | 0 | 0 | 15,15 | 18,18 | 64 | 76 | 3,0 | 3,60 |
| ОБЕД |
| 4 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА ТУШЕНКЕ | 130 | 180 | 4,77 | 7,07 | 3,50 | 3,65 | 8,81 | 25,02 | 119,97 | 224,22 | 3,48 | 5,81 |
| 55 | МАКАРОНЫ ОТВ С КАБ ИКРОЙ  | 110 | 190 | 5,45 | 5,53 | 9,89 | 10,71 | 16,04 | 16,84 | 200,12 | 206,20 | 0,14 | 0,9 |
| 60А | ЧАЙ С САХ | 150 | 180 | 0,20 | 0,24 | 0 | 0 | 19,30 | 23,35 | 76,25 | 91,99 | 0 | 0 |
| 40А | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 50 | 1,88 | 3,50 | 0,28 | 0,35 | 19,92 | 24,90 | 85,60 | 191,50 | 0 | 0,03 |
|  **ИТОГО** | 450 | 600 | 14,19 | 19,06 | 21,25 | 23,64 | 77,61 | 109,44 | 529,40 | 781,99 | 11,95 | 12,63 |
| ПОЛДНИК |
| 48А | ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ | 50 | 70 | 1,60 | 2,24 | 1,40 | 1,96 | 25,76 | 36,07 | 112,50 | 157,00 | 0 | 0 |
| 45 | КИСЕЛЬ | 150 | 180 | 4,76 | 5,60 | 5,44 | 6,40 | 7,99 | 9,40 | 98,60 | 116,0 | 0 | 0 |
| **ИТОГО** | 200 | 250 | 3,18 | 3,92 | 1,49 | 2,14 | 54,42 | 65,88 | 220,0 | 269,52 | 16,88 | 16,88 |
| УЖИН |
| 58 | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ СО СЛ. МАСЛОМ  | 90 | 120 | 6,0 | 6,27 | 4,0 | 4,66 | 13,12 | 13,14 | 236 | 236,60 | 0 | 0 |
| 45 | ЧАЙ С САХАРОМ | 170 | 200 | 0,5 | 0,60 | 0,09 | 0,18 | 14,00 | 15,15 | 45,50 | 50,52 | 0 | 0 |
| **ИТОГО** | 400 | 450 | 6,90 | 7,77 | 6,09 | 8,89 | 29,32 | 32,12 | 309 | 342,02 | 3,15 | 5,0 |