Утверждаю

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 77»

\_\_\_\_\_\_\_Сеидова Г.А.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № 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 |
| 23 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛ.МАСЛОМ | 150/4 | 160/5 | 6,6 | 7,69 | 5,9 | 6,59 | 45,50 | 52,53 | 185,50 | 210,50 | 1,30 | 1,46 |
| 41 | КОФЕ НА МОЛОКЕ | 150 | 180 | 2,80 | 4,20 | 3,20 | 4,80 | 19,0 | 19,60 | 114,80 | 132,50 | 1,00 | 1,40 |
| 39А/36А | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ | 39/7 | 45/10 | 2,28/0,05 | 3,80/0,06 | 0,18/6,60 | 0,30/8,26 | 15,66/0,08 | 26,10/0,08 | 40,95/59,84 | 58,25/74,80 | 0 | 0 |
| **ИТОГО** | 350 | 400 | 400 | 15,75 | 15,88 | 19,95 | 80,24 | 98,31 | 401,09 | 480,55 | 2,30 | 2,86 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК |
| 66А | СОК | 100 | 100 | 0,75 | 0,90 | 0 | 0 | 15,15 | 18,18 | 64 | 76 | 3,0 | 3,60 |
| ОБЕД |
| 2 | ЩИ НА М/К БУЛЬОНЕ | 180 | 200 | 6,87 | 7,21 | 3,88 | 4,16 | 17,10 | 19,18 | 152,40 | 160,17 | 32,53 | 34,71 |
| 58 | ПЛОВ ГРЕЧНЕВЫЙ С КУРОЙ  | 90 | 120 | 6,0 | 6,27 | 4,0 | 4,66 | 13,12 | 13,14 | 236 | 236,60 | 0 | 0 |
| 60А | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | 180 | 0,20 | 0,24 | 0 | 0 | 19,30 | 23,35 | 76,25 | 91,99 | 0 | 0 |
| 40А | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 40 | 1,88 | 3,50 | 0,28 | 0,35 | 19,92 | 24,90 | 85,60 | 191,50 | 0 | 0 |
|  **ИТОГО** | 450 | 600 | 17,37 | 20,61 | 27,26 | 33,28 | 89,97 | 103,26 | 617,22 | 790,38 | 15,12 | 19,29 |
| ПОЛДНИК |
| 36 | ПЛЮШКА С САХАРОМ | 50 | 70 | 5,60 | 5,60 | 4,90 | 4,90 | 35,10 | 35,10 | 196,70 | 196,70 | 0 | 0 |
| 45 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 180 | 4,76 | 5,60 | 5,44 | 6,40 | 7,99 | 9,40 | 98,60 | 116,0 | 0 | 0 |
| **ИТОГО** | 200 | 250 | 8,05 | 8,42 | 7,59 | 8,98 | 15,09 | 29,92 | 187,10 | 222,40 | 0 | 0 |
| УЖИН |
| 29 | ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ  | 180 | 200 | 8,50 | 8,67 | 14,0 | 14,70 | 7,89 | 8,66 | 132,30 | 135,50 | 0,52 | 0,88 |
| 45 | КИСЕЛЬ | 180 | 200 | 0,5 | 0,60 | 0,09 | 0,18 | 14,00 | 15,15 | 45,50 | 50,52 | 0 | 0 |
| 39А | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 50 | 1,52 | 3,04 | 0,12 | 0,24 | 10,44 | 20,88 | 23,30 | 46,60 | 0 | 0 |
| **ИТОГО** | 400 | 450 | 10,52 | 12,31 | 14,21 | 15,12 | 32,33 | 44,69 | 200,8 | 232,62 | 0,52 | 0,88 |