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 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 20 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛ.МАСЛОМ | 149/4 | 155/5 | 5,60 | 5,90 | | | 6,90 | 7,70 | | | 28,96 | 30,30 | | 161,5 | 174,0 | 1,42 | | 1,46 |
| 42 | КАКАО НА МОЛОКЕ | 150 | 180 | 3,0 | 3,84 | | | 3,80 | 4,16 | | | 12,10 | 18,90 | | 98,99 | 117,67 | 0,15 | | 0,20 |
| 39А/36А | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ | 40/7 | 50/10 | 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 | 10,93 | 13,60 | | | 17,48 | 20,42 | | | 56,80 | 75,38 | | 361,28 | 424,72 | 1,57 | | 1,62 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 66А | СОК | 100 | 100 | 0,75 | 0,90 | | | 0 | 0 | | | 15,15 | 18,18 | | 64 | 76 | 3,0 | | 3,60 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 150 | 180 | 7,37 | 8,23 | | | 12,40 | 16,34 | | | 15,04 | 18,57 | | 140,14 | 157,20 | 13,74 | | 16,72 |
| 49 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 110 | 190 | 13,70 | 17,60 | | | 15,60 | 23,80 | | | 15,68 | 18,30 | | 221,10 | 298,70 | 1,0 | | 1,2 |
| 60А | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | 180 | 0,10 | 0,10 | | | 0 | 0 | | | 23,52 | 23,52 | | 44,88 | 44,88 | 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 | 23,05 | 29,43 | | | 28,28 | 40,49 | | | 74,16 | 85,29 | | 491,72 | 692,28 | 14,74 | | 17,95 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 36 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 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 | 0,5 | 0,60 | | | 0,09 | 0,18 | | | 14,00 | 15,15 | | 45,50 | 50,52 | 0 | | 0 |
| **ИТОГО** | | 200 | 250 | 7,18 | 7,28 | | | 4,99 | 5,08 | | | 63,76 | 64,91 | | 304,20 | 309,22 | 16,88 | | 16,88 |
| УЖИН | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 31 | ВЕРМИШЕЛЬ В МОЛОКЕ | 200 | 221 | 16,0 | 16,51 | | | 5,50 | 5,61 | | | 32,30 | 34,84 | | 231,20 | 238,32 | 0 | | 0 |
| 45 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 200 | 0,5 | 0,60 | | | 0,09 | 0,18 | | | 14,00 | 15,15 | | 45,50 | 50,52 | 0 | | 0 |
| 39А | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 29 | 1,52 | 3,04 | | | 0,12 | 0,24 | | | 10,44 | 20,88 | | 23,30 | 46,60 | 0 | | 0 |
| **ИТОГО** | | 400 | 450 | 16,5 | 17,11 | | | 5,59 | 5,79 | | | 46,30 | 49,99 | | 276,70 | 288,84 |  | |  |