Утверждаю

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 77»

\_\_\_\_\_\_\_Сеидова Г.А.

14.10

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № 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 | КАКАО 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 | | ЯБЛОКО | 100 | 100 | 0,75 | 0,90 | | | 0 | 0 | | | 15,15 | 18,18 | | 64 | | 76 | 3,0 | | 3,60 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | СУП ЛАПША НА М/К БУЛЬОНЕ | | 150 | 180 | 6,87 | 7,21 | | 3,88 | | 4,16 | | | 17,10 | | 19,18 | | 152,40 | 160,17 | 32,53 | | 34,71 |
| 58 | РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРОЙ | | 90 | 120 | 6,0 | 6,27 | | 4,0 | | 4,66 | | | 13,12 | | 13,14 | | 236 | 236,60 | 0 | | 0 |
| 60А | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | | 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 САХ | | 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 | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ СО С/М | | 200 | 220 | 8,50 | 8,67 | | | 14,0 | 14,70 | | | 7,89 | 8,66 | | 132,30 | | 135,50 | 0,52 | | 0,88 |
| 45 | ЧАЙ С САХАРОМ | | 180 | 200 | 0,5 | 0,60 | | | 0,09 | 0,18 | | | 14,00 | 15,15 | | 45,50 | | 50,52 | 0 | | 0 |
| 40А | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | 20 | 30 | 1,88 | 3,50 | | | 0,28 | 0,35 | | | 19,92 | 24,90 | | 85,60 | | 191,50 | 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 |