Утверждаю

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 77»

\_\_\_\_\_\_\_Сеидова Г.А.

16.06

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № 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 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 25 | КАША МАННАЯ НА СГУЩ МОЛОКЕ СО СЛ.МАСЛОМ | | 150/4 | 160/5 | 7,6 | 8,23 | | | 7,8 | 8,83 | | | 23,4 | 25,65 | | 98,3 | 106,70 | 1,42 | | 1,46 |
| 49А | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ЧЕРНЫЙ | | 150 | 180 | 1,38 | 1,80 | | | 2,08 | 1,80 | | | 17,79 | 19,92 | | 65,95 | 47,38 | 0,15 | | 0,20 |
| 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 | 11,31 | 13,89 | | | 16,66 | 19,19 | | | 56,93 | 71,75 | | 265,04 | 287,13 | 1,57 | | 1,66 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 66А | | СОК | 100 | 100 | 0,75 | 0,90 | | | 0 | 0 | | | 15,15 | 18,18 | | 64 | 76 | 3,0 | | 3,60 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА ТУШЕНКЕ | | 130 | 200 | 6,45 | 6,84 | | 5,15 | | 5,65 | | | 17,89 | 20,87 | | 167,89 | 178,05 | 12,73 | | 16,0 |
| 64 | БЛИНЫ С ПОВИДЛОМ | | 140 | 180 | 3,0 | 3,24 | | 2,40 | | 2,48 | | | 9,45 | 10,48 | | 66,20 | 75,93 | 68,77 | | 79,98 |
| 44 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | | 150 | 180 | 0,10 | 0,10 | | 0 | | 0 | | | 23,52 | 23,52 | | 44,88 | 44,88 | 0 | | 0 |
| 40А | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 30 | 40 | 1,88 | 3,50 | | 0,28 | | 0,35 | | | 19,92 | 24,90 | | 85,60 | 191,50 | 0 | | 0,03 |
| **ИТОГО** | | | 450 | 600 | 14,86 | 18,32 | | 15,06 | | 17,06 | | | 76,38 | 95,11 | | 543,50 | 735,99 | 81,90 | | 96,81 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 47А | ПЕЧЕНЬЕ | | 50 | 60 | 3,29 | 2,82 | | | 2,15 | 2,58 | | | 7,10 | 20,52 | | 88,50 | 106,40 | 0 | | 0 |
| 57А | ЧАЙ С САХ | | 150 | 190 | 4,76 | 5,60 | | | 5,44 | 6,40 | | | 7,99 | 9,40 | | 98,60 | 116,0 | 2,70 | | 3,60 |
| **ИТОГО** | | | 200 | 250 | 8,05 | 8,42 | | | 7,59 | 8,98 | | | 15,09 | 29,92 | | 187,10 | 222,40 | 2,70 | | 3,60 |
| УЖИН | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 29 | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ СО С/М | | 196/4 | 195/5 | 8,50 | 8,67 | | | 14,0 | 14,70 | | | 7,89 | 8,66 | | 132,30 | 135,50 | 0,80 | | 1,0 |
| 39А | ХЛЕБ | | 20 | 50 | 1,52 | 3,04 | | | 0,12 | 0,24 | | | 10,44 | 20,88 | | 23,30 | 46,60 | 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 |
| **ИТОГО** | | | 400 | 450 | 10,52 | 12,31 | | | 14,21 | 15,12 | | | 32,33 | 44,69 | | 200,8 | 232,62 | 0,80 | | 1,0 |