

Материально ответственное лицо      Бадардинова С.Ю.  
 Возрастная категория: от 3-х до 7 лет

Директор МБДОУ «ЦРР-Детский сад №6»  
 Большова И.З.  
 Приказ по МБДОУ «ЦРР-Детский сад №6»  
 от 18.02.2025г. № 84-а



| Прим пищи                      | Наименование блюда          | Вес<br>Блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | N Т.К. |
|--------------------------------|-----------------------------|--------------|------------------|-------|----------|----------------------------|--------|
|                                |                             |              | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |        |
| Неделя 2 День 8 Среда          |                             |              |                  |       |          |                            |        |
| <u>Завтрак</u>                 | Каша жидкая манная молочная | 200          | 3,0              | 4,77  | 26,3     | 160                        | 1      |
|                                | Какао с молоком             | 180          | 3,67             | 3,19  | 15,82    | 107                        | 111    |
|                                | Бутерброд с маслом          | 30/10        | 2,45             | 7,55  | 14,62    | 136                        | 3      |
| Итого за завтрак               |                             | 420          | 9,12             | 15,51 | 56,74    | 403                        |        |
| <u>Второй завтрак</u>          | Свежие фрукты (Банан)       | 100          | 1,50             | 0,50  | 21,00    | 96                         | 18     |
| Итого за второй завтрак        |                             | 100          | 1,50             | 0,50  | 21,00    | 96                         |        |
| <u>Обед</u>                    | Салат из свеклы             | 60           | 0,85             | 3,65  | 5,01     | 54,54                      | 37     |
|                                | Суп с рыбными консервами    | 200          | 6,87             | 6,72  | 11,46    | 133,8                      | 91     |
|                                | Котлета рубленая из птицы   | 50           | 8,53             | 4,48  | 8,32     | 109,17                     | 103    |
|                                | Рис отварной                | 130          | 3,16             | 4,66  | 31,79    | 181,74                     | 98     |
|                                | Напиток из плодов шиповника | 180          | 0,61             | 0,25  | 18,67    | 79                         | 33     |
|                                | Хлеб ржаной                 | 50           | 3,3              | 0,6   | 16,7     | 87                         | 11     |
| Итого за обед                  |                             | 670          | 23,32            | 20,36 | 91,35    | 645,25                     |        |
| <u>«Уплотненный» полдник</u>   | Омлет натуральный           | 65           | 5,75             | 10,29 | 1,15     | 120,06                     | 119    |
| <u>с включением блюд ужина</u> | Чай с сахаром               | 180          | 0,06             | 0,02  | 9,99     | 40                         | 95     |
|                                | Хлеб пшеничный              | 30           | 2,37             | 0,3   | 14,49    | 71                         | 26     |
|                                | Печенье                     | 30           | 2,31             | 2,97  | 22,43    | 125                        | 54     |
| Итого за «уплотненный» полдник |                             | 305          | 10,49            | 13,58 | 48,06    | 356,06                     |        |
| Итого за день:                 |                             | 1495         | 44,43            | 49,95 | 142,5    | 1500,31                    |        |