

Согласно контракту  
№ 2023.753  
От 23.12.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ "Д/с №37  
«Сказка»

Маркина Л.П

23 Июня 2023 г.

| Наименование блюд и продуктов                                  | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | Витамин С     |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|---------------|
|  |              | белки            | жиры         | угл-ды        |                         |               |
| <b>ЗАВТРАК</b>   |              |                  |              |               |                         |               |
| Каша Геркулесовая молочная с маслом сливочным                  | 180/5        | 7.46             | 9.52         | 33.83         | 251.91                  | 0.86          |
| Кофейный напиток с молоком                                     | 180          | 2.85             | 2.41         | 14.35         | 90.54                   | 1.17          |
| Бутерброд с маслом сливочным                                   | 30/5         | 2.29             | 4.50         | 15.49         | 111.60                  |               |
| <b>Итого:</b>  | <b>400</b>   | <b>11.32</b>     | <b>12.05</b> | <b>54.58</b>  | <b>377.85</b>           | <b>2.03</b>   |
| <b>2 - ой ЗАВТРАК</b>  |              |                  |              |               |                         |               |
| Сок  | 180          | 2.83             | 3.15         | 13.70         | 94.40                   | 3.60          |
| <b>Итого:</b>  | <b>180</b>   | <b>2.83</b>      | <b>3.15</b>  | <b>13.70</b>  | <b>94.40</b>            | <b>3.60</b>   |
| <b>ОБЕД</b>  |              |                  |              |               |                         |               |
| Огурцы свежие порционно  | 60           | 0.42             | 0.06         | 1.14          | 7.2                     | 2.94          |
| Рассольник ленинградский с куриными фрикадельками, со сметаной | 180/11/7     | 3.45             | 6.63         | 9.96          | 117.51                  | 6.20          |
| Котлеты рыбные с маслом сливочным                              | 70/3         | 8.56             | 7.60         | 10.31         | 144.36                  | 0.22          |
| Макаронные изделия отварные с овощами                          | 130          | 4.48             | 5.19         | 24.72         | 163.28                  | 2.35          |
| Кисель   | 180          | 0.54             | 0.09         | 27.18         | 111.24                  | 0.99          |
| Хлеб ржаной  | 45           | 2.97             | 0.54         | 17.82         | 89.10                   |               |
| <b>Итого:</b>  | <b>686</b>   | <b>17.46</b>     | <b>20.05</b> | <b>91.14</b>  | <b>625.49</b>           | <b>12.70</b>  |
| <b>ПОЛДНИК</b>   |              |                  |              |               |                         |               |
| Молоко кипяченое   | 180          | 5.22             | 4.50         | 8.64          | 96.30                   | 2.34          |
| Кондитерское изделие   | 20           | 1.28             | 3.36         | 13.70         | 90.20                   |               |
| <b>Итого:</b>  | <b>200</b>   | <b>7.69</b>      | <b>8.55</b>  | <b>37.19</b>  | <b>256.58</b>           | <b>2.34</b>   |
| <b>УЖИН</b>  |              |                  |              |               |                         |               |
| Капуста тушеная с мясом индейки                                | 180          | 12.08            | 13.89        | 11.50         | 250.30                  | 25.71         |
| Напиток из шиповника   | 180/6        | 0.61             | 0.25         | 18.68         | 79.38                   | 90.00         |
| Хлеб пшеничный   | 30           | 2.28             | 0.24         | 14.76         | 70.50                   | 0.00          |
| <b>Итого:</b>  | <b>396</b>   | <b>14.12</b>     | <b>14.38</b> | <b>62.90</b>  | <b>428.58</b>           | <b>115.71</b> |
| <b>ВСЕГО:</b>  | <b>1862</b>  | <b>53.42</b>     | <b>58.18</b> | <b>259.51</b> | <b>1782.90</b>          | <b>136.38</b> |

Итого стоимость питания в день 146.5

