**МБДОУ д/с №35 «Улыбка», режим работы 10,5ч. 01.07.2025**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда****ясли/сад** | **Пищевые вещества** | **Энерги****тическая ценность** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Неделя 2день 2 |  |
| Завтрак | бутерброд с маслом | 30/40 | 1,5/2 | 4,2/5,59 | 7/9,31 | 98,2/130,61 | 1 |
| Пудинг из творога с яблоками | 150/200 | 9,4/14,52 | 10,8/16,39 | 18,4/32,5 | 184,5/298,2 | 254 |
| Какао на молоке | 180/200 | 3,2/3,6 | 3,5/3,9 | 14,2/15,7 | 98,8/109,6 | 416 |
| Итого за завтрак |  |  | 14,1/20,12 | 18,5/25,88 | 39,6/57,51 | 381,5/538,41 |  |
| 2 Завтрак  | Сок фруктовый | 100/100 | 0,4/0,4 | 0/0 | 9,2/9,2 | 45,5/45,5 | 418 |
|   |   |   |  |   |   |   |   |
| Итого за 2 завтрак |  |  | 0,4/0,4 | 0/0 | 9,2/9,2 | 45,5/45,5 |  |
| Обед | Овощи соленые | 40/40 | 0,28/0,28 | 0,04/0,04 | 0,75/0,75 | 4,48/4,48 | 16 |
|   | Суп картофельный рыбный | 150/180 | 4,1/4,9 | 5,2/6,2 | 12/14,4 | 95,8/114,9 | 90 |
|   | Запеканка картофельная с печенью |  150/180 | 5,4/9,45 | 6,5/9,5 |  16,2/25,8 |  168/262,8 | 308 |
|   | Компот из яблок и лимона | 150/180 | 0,45/0,6 | 0,45/0,6 | 10,5/13,99 | 50,55/67,33 | 636 |
|   | Хлеб пшеничный | 15/25 | 1,1/1,9 | 0,1/0,2 | 7,3/12,3 | 34,65/57,75 |   |
|   | Хлеб ржаной | 30/35 | 1,3/1,5 | 0,4/0,47 | 9,88/11,5 | 50,98/59,65 |   |
| Итого за обед |  |  | 12,63/18,63 | 12,69/17,01 | 56,63/78,74 | 404,44/566,91 |  |
| Полдник |  Пицца «Детская» | 50/50 | 3,2 |  4,8 | 10,2 | 102,1 | 448 |
|  Кисломолочный продукт | 180/200 | 2,9/3,8 | 3,4/4,6 | 5,89/7,88 | 70,72/94,57 | 420 |
|   |   |  |   |   |  |   |
| Итого за полдник |  |  | 6,1/7 | 8,2/9,4 | 16,09/18,08 | 172,82/196,67 |  |