

Согласовано
Заведующий ЦМОУ
Детский сад № 309

13.07.2026

Весна-Лето

На 13.08.2026 г.



Ковалева А.В.

на 13.08.2026 г.								
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
Неделя 3 Вариант 14			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ							
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	130	8,1	8,4	6,6	180,3	ТТК №72	
	БАТОН	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
Итого за завтрак		40	3	1,2	20,6	104,8		
		390	11,8	12,3	39,2	360,2		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399							
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ							
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №28	30	0,3	0	0,7	4,1		
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46		
		606	12,3	13,8	64,7	402,3		
Уплотненный полдник	ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60							
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	50/30	8,3	8,8	15,6	154,2	ТТК №60	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	110	4,1	4,4	26,3	168,1	205	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,8	0,3	18,1	88,3	398	2011
	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за Уплотненный полдник		20	1,4	8,3	11,3	107,1		
Всего за день:		420	16,7	21	86,4	586,7		
Ответственное лицо			41,7	47,3	198,0	1 424,3		

Ответственное лицо