УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ ДСОВ № 29
_____Е.А. Панченко

30.06.2025

	Название блюда	Выход гр.	энерг. ценность	белки	Жиры	углеводы	№ рец. Карты
завтрак	каша Дружба	*150*	*169,81*	*3,93*	*8,74*	*18,76*	*266*
	Кофейный напиток на сгущенном молоке	*160*	*65*	*1,4*	*1,4*	*12,3*	*14*
	Бутерброд с маслом и сыром 30/8/5	*43*	*167*	*6,7*	*9,6*	*13,2*	*2*
Итого за прием пищи		**353**	**401,81**	**12,03**	**19,74**	**44,26**	
2 завтрак	Напиток из консерв. фруктов	100	62,5	0,1	0	16,1	*108*
Итого за прием пищи		**100**	**62,5**	**0,1**	**0**	**16,1**	
обед	Огурец соленый	*30*	*6,5*	*0,38*	*0*	*1,88*	*17*
	Суп картофельный с фасолью	*150*	*102,29*	*3,98*	*4,31*	*12,95*	87
	Макароны отварные	*100*	*120,89*	*3,68*	*2,73*	*22,72*	219
	Печень по-строгановски	*50*	*105,3*	*10,7*	*3,5*	*4,7*	18
	Компот из сухофруктов	*150*	*67*	*0,7*	*0,03*	*15,4*	292
	Хлеб	*30*	*70,5*	*2,28*	*0,24*	*14,76*	115
Итого за прием пищи		**510**	**472,48**	**21,72**	**10,81**	**72,41**	
полдник	Булочка "Российская"	*40*	*140,97*	*2,89*	*3,38*	*24,72*	415
	Молоко кипяченное	*160*	*96*	*4,64*	*5,12*	*7,52*	419
Итого за прием пищи		***200***	***236,97***	***7,53***	***8,5***	***32,24***	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**1163**	**1173,76**	**41,38**	**39,05**	**165,01**	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ ДСОВ № 29
_____Е.А. Панченко

30.06.2025

	Название блюда	Выход гр.	энерг. ценность	белки	Жиры	углеводы	№ рец. карты
завтрак	Каша манная жидкая с маслом сливочным	*183*	*250,25*	*8,09*	*9,17*	*33,75*	182
	яйцо вареное	*60*	*94,2*	*7,62*	*6,9*	*0,42*	227
	Чай с сахаром	*180*	*33,85*	*0,05*	*0,01*	*8,39*	411
	Бутерброд с маслом 30/8	*30*	*129,77*	*2,24*	*7,12*	*14,15*	1
Итого за прием пищи		**453**	**508,07**	**18**	**23,2**	**56,71**	
2 завтрак	Молоко кипяченное	100	55,02	2,9	2,5	4,8	534
Итого за прием пищи		**100**	**55,02**	**2,9**	**2,5**	**4,8**	
обед	Зеленый горошек	*50*	*50,25*	*1,18*	*3,81*	*2,93*	24
	Борщ с мясом	*180*	*81,86*	*1,68*	*4,08*	*10,43*	*63*
	Тефтеля мясная	*130*	*201,26*	*9,25*	*10,46*	*13,7*	303
	Соус молочный	*30*	*15,78*	*0,43*	*0,74*	*2,78*	372
	Компот из конс. фруктов	*180*	*150,36*	*0,24*	*0*	*38,76*	108
	Хлеб	*50*	*117,5*	*3,8*	*0,4*	*24,6*	115
Итого за прием пищи		**620**	**617,01**	**16,58**	**19,49**	**93,2**	
полдник	Печенье	*50*	*208,5*	*3,75*	*4,9*	37,2	609
	Кисель из концентратов	*200*	*154*	*0,1*	*0*	*38,3*	517
Итого за прием пищи		**250**	**362,5**	**3,85**	**4,9**	**75,5**	
ужин	Суп «шахтерский» с мясом и со сметаной	*200*	*144*	*4,15*	*6,04*	*19,67*	8
	Сок яблочный	*200*	*46*	*0,5*	*0,1*	*10,1*	537
	Хлеб	*50*	*117,5*	*3,8*	*0,4*	*24,6*	115
Итого за прием пищи		**450**	**307,5**	**8,45**	**6,54**	**54,37**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**1873**	**1850,1**	**49,78**	**56,63**	**284,58**	