

МАДОУ «Детский сад «Родничок»  
И.о. заведующий Писаревская Т.К.



с 1,5-3

| 2   | Наименование продуктов                   | Химический состав |       |       | Калорийность,<br>ккал |        |
|---|--|-------------------|-------|-------|-----------------------|--------|
|   |  | ВЫХОД             | Б     | Ж     |                       | У      |
| завтрак   | Омлет натуральный                        | 80                | 6,8   | 9,57  | 1,72                  | 120,08 |
|   | Чай с сахаром                            | 150               | 0,1   | 0     | 4,8                   | 19,6   |
|   | Хлеб пшеничный                           | 20                | 1,58  | 0,2   | 9,14                  | 85     |
| обед  | Суп картофельный с макаронными изделиями | 150               | 3,87  | 2,08  | 13,88                 | 89,7   |
|   | Гуляш из отварного мяса                  | 120               | 20,39 | 19,81 | 4,69                  | 278,6  |
|   | Каша гречневая рассыпчатая               | 100               | 5,5   | 4,23  | 23,95                 | 155,8  |
|   | Компот из сухофруктов                    | 150               | 0,35  | 0     | 14,84                 | 60,8   |
|   | Хлеб пшеничный                           | 30                | 2,37  | 0,3   | 14,49                 | 70,8   |
| полдник   | Блинчики                                 | 100               | 4,42  | 7,85  | 29,1                  | 204,6  |
|   | Чай с сахаром                            | 150               | 0,1   | 0     | 4,8                   | 19,6   |
| Энергетическая и пищевая ценность за обед, завтрак, полдник |  |                   | 37    | 34,27 | 105,75                | 879,9  |

МАДОУ «Детский сад «Родничок»  
И.о. заведующий Писаревская Т.К.



с 3-7 лет

| 2   | Наименование продуктов                   | Химический состав |       |       | Калорийность,<br>ккал |         |
|---|--|-------------------|-------|-------|-----------------------|---------|
|   |  | ВЫХОД             | Б     | Ж     |                       | У       |
| завтрак   | Омлет натуральный                        | 80                | 6,8   | 9,57  | 1,72                  | 120,08  |
|   | Чай с сахаром                            | 180               | 0,12  | 0     | 5,76                  | 23,52   |
|   | Хлеб пшеничный                           | 30                | 2,37  | 0,3   | 14,49                 | 70,8    |
| обед  | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200               | 5,17  | 2,77  | 18,5                  | 119,6   |
|   | Гуляш из отварного мяса                  | 150               | 25,49 | 24,76 | 5,85                  | 348,2   |
|   | Каша гречневая рассыпчатая               | 150               | 8,25  | 6,34  | 35,93                 | 233,75  |
|   | Компот из сухофруктов                    | 180               | 0,42  | 0     | 17,88                 | 72,96   |
|   | Хлеб пшеничный                           | 50                | 3,95  | 0,5   | 24,15                 | 118     |
| полдник   | Блинчики                                 | 100               | 4,42  | 7,85  | 29,1                  | 204,6   |
|   | Чай с сахаром                            | 180               | 0,12  | 0     | 5,76                  | 23,52   |
|   | Витамин "С"                              |                   |       |       |                       |         |
| Энергетическая и пищевая ценность за обед, завтрак, полдник |  |                   | 47,82 | 42,22 | 137,17                | 1120,63 |