



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МАДОУ "Детский сад №66" г. Сыктывкара  
Е. М. Славгородская

День 2 13.05.2025г.

| Прием пищи              | Наименование блюда                   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептуры | Прием<br>пищи           | Наименова<br>ние блюда | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептуры |
|-------------------------|--------------------------------------|----------------|----------------------|----|-----|--------------------------------------|----------------|-------------------------|------------------------|----------------|----------------------|----|-----|--------------------------------------|----------------|
|                         |                                      |                | Б                    | Ж  | У   |                                      |                |                         |                        |                | Б                    | Ж  | У   |                                      |                |
| Завтрак                 |                                      |                |                      |    |     |                                      |                | Завтрак                 |                        |                |                      |    |     |                                      |                |
|                         | Каша геркулесовая                    | 150            | 5                    | 5  | 24  | 161                                  | 67             |                         | Каша                   | 180            | 6                    | 6  | 28  | 193                                  | 67             |
|                         | Бутерброды с маслом                  | 30             | 1                    | 3  | 7   | 57                                   | 88             |                         | Кофейный               | 180            | 3                    |    | 20  | 91                                   | 126            |
|                         | Кофейный напиток с<br>молоком        | 150            | 2                    |    | 16  | 75                                   | 126            |                         | Бутерброды с маслом    | 40             | 1                    | 4  | 9   | 76                                   | 88             |
|                         | Яйцо вареное вкрутую                 | 20             | 3                    | 2  |     | 31                                   | 406            |                         | Яйцо                   | 20             | 3                    | 2  |     | 31                                   | 406            |
| Итого за Завтрак        |                                      |                | 11                   | 10 | 47  | 324                                  |                | Итого за Завтрак        |                        |                | 13                   | 12 | 57  | 391                                  |                |
| Завтрак второй          |                                      |                |                      |    |     |                                      |                | Завтрак второй          |                        |                |                      |    |     |                                      |                |
|                         | Кефир                                | 150            | 4                    | 3  | 6   | 71                                   | 146            | Кефир                   | 180                    | 5              | 4                    | 7  | 85  | 146                                  |                |
| Итого за Завтрак второй |                                      |                | 4                    | 3  | 6   | 71                                   |                | Итого за Завтрак второй |                        |                | 5                    | 4  | 7   | 85                                   |                |
| Обед                    |                                      |                |                      |    |     |                                      |                | Обед                    |                        |                |                      |    |     |                                      |                |
|                         | Суп картофельный с рыбой             | 150            | 6                    | 3  | 8   | 79                                   | 165            |                         | Суп картофельный       | 180            | 7                    | 3  | 10  | 95                                   | 165            |
|                         | Картофельная запеканка с<br>мясом    | 180            | 13                   | 15 | 138 | 245                                  | 94,01          |                         | Картофельная           | 200            | 14                   | 17 | 154 | 272                                  | 94,01          |
|                         | Соус томатный                        | 40             |                      | 2  | 2   | 24                                   | 116            |                         | Соус                   | 50             |                      | 2  | 3   | 30                                   | 116            |
|                         | Салат из квашеной<br>капусты с луком | 40             | 1                    | 4  | 1   | 45                                   | 10             |                         | Салат из квашеной      | 50             | 1                    | 5  | 2   | 57                                   | 10             |
|                         | Компот из свежих фруктов             | 150            |                      |    | 23  | 96                                   | 124            |                         | Компот из свежих       | 180            |                      |    | 28  | 115                                  | 124            |
|                         | Хлеб ржаной                          | 40             | 5                    | 1  | 36  | 80                                   | 421            |                         | Хлеб                   | 50             | 6                    | 1  | 45  | 100                                  | 421            |
| Итого за Обед           |                                      |                | 25                   | 25 | 208 | 569                                  |                | Итого за Обед           |                        |                | 28                   | 28 | 242 | 669                                  |                |
| Полдник                 |                                      |                |                      |    |     |                                      |                | Полдник                 |                        |                |                      |    |     |                                      |                |
|                         | Суп молочный с крупой                | 180            | 5                    | 2  | 18  | 105                                  | 33,01          |                         | Суп                    | 200            | 6                    | 2  | 20  | 117                                  | 33,01          |
|                         | Повидло                              | 20             |                      |    |     |                                      | 152            |                         | Повидло                | 30             |                      |    |     |                                      | 152            |
|                         | Чай с сахаром                        | 150            | 4                    | 1  | 5   | 19                                   | 132            |                         | Чай с сахаром          | 180            | 5                    | 1  | 6   | 23                                   | 132            |
|                         | Хлеб пшеничный                       | 30             | 8                    | 3  | 53  | 273                                  | 420            | Хлеб                    | 40                     | 10             | 4                    | 71 | 364 | 420                                  |                |
| Итого за Полдник        |                                      |                | 17                   | 6  | 76  | 397                                  |                | Итого за Полдник        |                        |                | 21                   | 7  | 97  | 504                                  |                |
| Итого за день           |                                      |                | 57                   | 44 | 337 | 1361                                 |                | Итого за день           |                        |                | 67                   | 51 | 403 | 1649                                 |                |