

УТВЕРЖДЕ  
 «Образовательный центр «Золушка»  
 г. Сальск  
 А. В. Геру  
 «Золушка»  
 № 14  
 № 06.05.2024 год

Возрастная категория: 3-7 года  
 Длительность пребывания  
 детей в детском саду: 10,5/часов

Прием пищи	Наименование блюда	Белки	Жиры	Угле- воды	Выход порц ин	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Каша манная с маслом	4,32	7,31	27,42	180	200,3
	Хлеб пшеничный	1,4	0,45	9,6	20	37,73
	Масло сливочное /сыр твёрдый	0/1,61	4/12,0	0,05	5/8	37,50/2
	Чай с сахаром	0	0	7,04	200	28,20
Итого на завтрак: 7,33 13,89 44,11 328,9						
Второй завтрак	10:00ч. Банан	0,44	1,30	18,27	70	83,52
Итого на завтрак: 0,44 1,30 18,27 83,52						
ОБЕД	Суп рыбный	3,66	5,54	12,16	200	111,72
	Рыба тушёная в томате с овошами	11,60	6,48	5,88	100	160,2
	Картофельное пюре	2,17	3,68	15,02	80	105,2
	Свекла отварная	0,44	0,03	2,59	30	12,32
	Компот из сухофруктов	0,94	0,06	19,16	200	81,71
	Хлеб пшеничный	2,52	0,83	16,64	30	64,38
	Хлеб ржаной	1,95	0,39	12,5	30	54
Итого на обед: 22,98 17,11 83,95 590,0						
ПОЛДНИК	Омлет /хлеб ржаной	8,82/1	16,98/	1,69/8	104/2	195,4/3
	Икра кабачковая	0,3	0,26	3,2	4	6
	Какао на молоке	0,80	3,16	3,20	25	48,81
Итого на полдник: 6,10 6,72 17,84 200 157,5						
Итого за день: 17,02 27,12 31,05 438,1						
Итого за день: 47,77 59,42 177,38 1440,						

УТВЕРЖДЕ  
 «Образовательный центр «Золушка»  
 г. Сальск  
 А. В. Геру  
 «Золушка»  
 № 14  
 № 06.05.2024 год

Возрастная категория: 2-3 года  
 Длительность пребывания  
 детей в детском саду: 10,5/часов

Прием пищи	Наименование блюда	Белки	Жиры	Угле- воды	Выход порц ин	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Каша манная с маслом	3,6	6,09	22,85	150	166,54
	Хлеб пшеничный	1,4	0,45	9,6	20	37,73
	Масло сливочное /сыр твёрдый	0/1,15	4/11,	0,05	5/5	37,50/1
	Чай с сахаром	0	0	5,28	150	21,15
Итого на завтрак: 6,15 12,09 37,78 280,92						
Второй завтрак	10:00ч. Бананы	0,44	1,30	18,27	70	83,52
Итого на завтрак: 0,44 1,30 18,27 83,52						
ОБЕД	Суп рыбный	3,66	5,54	12,16	150	111,72
	Рыба тушёная в томате с овошами	9,67	5,40	4,90	100	137,39
	Картофельное пюре	1,18	3,07	12,52	80	102,29
	Свекла отварная	0,31	0,02	1,85	20	8,82
	Компот из сухофруктов	0,70	0,04	14,37	150	61,27
	Хлеб пшеничный	1,4	0,45	9,6	20	37,73
	Хлеб ржаной	1,3	0,26	8,32	20	36
Итого на обед: 18,22 14,78 63,72 495,22						
ПОЛДНИК	Омлет /хлеб ржаной	8,82/1	16,98/	1,69/8	104/2	195,4/3
	Икра кабачковая	0,3	0,26	3,2	0	6
	Какао на молоке	0,87	2,67	2,31	20	35,70
Итого на полдник: 4,57 5,04 13,38 118,44						
Итого за день: 15,26 24,95 25,7 385,54						
Итого за день: 40,07 53,12 145,47 1245,2						