

«Утверждаю»
Директор МКОУ «НШДС» с.п.Баксаненок
С.С.Хашкулова

День недели: Пятница -13.02.2026 г.

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 ДЕНЬ 5	Овсяная каша молочная	180	9,054	10,2	37,134	276,3	182
Завтрак с 8.30-8.55	Чай с сахаром	180	-	-	10,98	43,9	376
	Бутерброд с маслом	40	2,81	3,97	16,96	114,66	1
Итого за завтрак:		400	11,864	14,17	65,074	434,86	
2 Завтрак 10.30-11.00	Кефир с сахаром	100	5,7	0,59	9,25	96,0	б/н
Итого за 2 Завтрак		100	5,7	0,59	9,25	96,0	
Обед с 12.00-13.00	Отварная морковь в нарезках	50	2,37	1,73	11,74	17,0	16
	Суп крестьянский со сметаной	180	2,18	1,46	11,88	82,88	37
	Тефтели говяжьи с томатной подливой и рисовым гарниром	220	9,5	11,7	40,6	406,29	278/348/304
	Кисель фруктовый	180	0,4	0,018	25,24	102,72	376
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,8	16,7	85,7	8
Итого за обед:		670	16,85	15,708	106,16	694,59	
Полдник с 15.30-16.00	Суп молочный гречневый	200	15,97	25,48	17,08	241,60	94
	Хлеб пшеничный	50	3,0	1,0	20,87	107,125	8
Итого за полдник:		250	18,97	26,48	37,95	348,725	
Итого за день:		1420	53,384	56,948	218,434	1574,175	

Источник рецептуры: технологические карты (рецептуры) на приготовление кулинарной продукции для питания детей в ОУ

Повар Е.Б.Абрегова