

Сад

"Утверждаю"

Ю.В.Зими́на

МБДОУ д/с16

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК								
1	Каша манная жидкая молочная	200,00	3,00	4,76	26,30	160,00	0,00	111/1
2	Бутерброды с маслом сливочным	35,00	2,15	6,60	12,79	119,00	0,00	1
3	Сыр порциями	10,00	2,32	2,96	0,00	36,00	0,07	6
4	Какао с молоком	180,00	3,78	3,26	15,55	106,79	1,44	266
5	Второй завтрак	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
6	Чай с сахаром	150,00	0,06	0,02	10,49	42,00	0,02	261
7	Печенье	18,00	1,15	3,02	12,33	81,18	0,00	309
Итого завтрак:			12,46	20,62	77,46	544,97	1,53	
ОБЕД								
1	Борщ на курином бульоне	200,00	2,04	3,88	15,30	81,56	8,74	51/2
2	Сметана	10,00	0,26	1,50	0,36	16,20	0,04	319
3	Каша вязкая пшеничная	130,00	3,54	3,54	21,71	132,60	0,00	106/5
4	биточки рубленные из птицы	80,00	7,11	7,41	4,76	114,40	0,24	203
5	Хлеб ржаной	40,00	1,96	0,40	17,92	84,00	0,00	311
6	Компот из сушеных фруктов	180,00	0,40	0,02	24,98	102,60	0,36	253
Итого обед:			15,30	16,74	85,03	531,36	9,38	
ПОЛДНИК								
1	Суп молочный с макаронными изделиями	200,00	5,76	5,22	18,84	145,20	0,92	68
2	Хлеб пшеничный	15,00	1,14	0,12	7,38	35,25	0,00	310
3	Чай с сахаром	180,00	0,07	0,02	12,58	50,40	0,02	261
Итого полдник:			6,97	5,36	38,80	230,85	0,94	
Итого за день:			34,74	42,72	201,30	1 307,18	11,84	
Стоимость дня:								193,51р.

