

"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	150,00	2,25	3,57	19,73	120,00	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	150,00	3,15	2,72	12,96	89,00	1,20	266
5	Второй завтрак	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
6	Молоко кипяченое	150,00	4,58	4,08	7,58	85,01	2,06	269
Итого завтрак:			14,44	19,93	53,05	449,00	3,33	
ОБЕД								
1	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	150,00	4,50	0,68	17,30	99,63	4,02	66/1
2	Макаронные изделия отварные*	110,00	4,22	0,59	22,84	130,13	0,00	123
3	Бефстроганов из отварного мяса	60,00	11,60	8,94	13,07	179,00	0,01	178
4	Кабачковая икра	25,00	0,30	1,18	1,93	19,50	2,40	315
5	Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	310
6	Хлеб ржаной	40,00	1,96	0,40	17,92	84,00	0,00	311
7	Компот из сушеных фруктов	150,00	0,33	0,02	20,82	85,50	0,30	253
Итого обед:			24,43	11,96	103,70	644,76	6,73	
ПОЛДНИК								
1	Запеканка из творога	120,00	21,28	14,48	15,91	278,76	0,25	149
2	Соус молочный (сладкий)	20,00	0,39	0,90	2,65	20,40	0,07	238
3	Чай с сахаром	150,00	0,06	0,02	10,49	42,00	0,02	261
Итого полдник:			21,72	15,40	29,05	341,16	0,33	
Итого за день:			60,60	47,29	185,81	1 434,92	10,38	
Стоимость дня:								166,75р.

