

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МБДОУ - д/с "Солнышко" с. Березовка  
 С. В. Кудрявцева

приём пищи	Неделя 2 наименование блюда	тех. карта №	выход блюда (3-7 л.)	выход блюда (2-3 г.)	пищевые вещества				эн. цен. (ккал ) (3-7 л.)	эн. цен. (ккал ) (2-3 г.)			
					Б (2-3 г.)	Ж (3-7 л.)	У (2-3 г.)	У (2-3 г.)					
завтрак	1. Суп молочный с макаронными изделиями	46	180	150	5	4,3	6,5	4,8	23,54	14,12	181,00	108,00	
	2. Хлеб пшеничный с маслом, сыр	70	40/5/6	30/3/4	4,3	1,84	5,92	5,66	18,04	10,97	146,60	102,00	
	3. Кофейный напиток на молоке	2	180	180	1,3	1,3	1,4	1,4	14,30	14,30	66,00	66,00	
завтрак			411	367	10,6	7,44	13,82	11,86	55,88	39,39	393,60	276,00	
2 завтрак	1. Сок	65	100	100	0,6	0,6	0,6	0,6	14,7	14,7	70,30	70,30	
завтрак			100	100	0,6	0,6	0,6	0,6	14,7	14,7	70,30	70,30	
	1. Суп фрикадельками из курицы	55	180	150	6,89	6,64	6,59	5,18	25,44	24,5	189,80	169,00	
обед	4. Бефстроганов из мяса птицы в сметанном соусе	49	70	50	11,00	6,83	13,20	11,10	18,60	16,40	201,56	179,00	
	4. Картофельное пюре	15	130	110	3,06	2,04	4,8	3,2	20,43	13,62	138,39	92,00	
	5. Хлеб ржаной	7	50	40	2,34	1,56	0,54	0,36	19,93	13,29	96,00	62,40	
	6. Компот из с/фр	63	180	150	1,00	1,00	0	0	20,20	20,20	84,80	84,80	
				660	530	25	18,57	28,17	21,88	108,78	91,57	757,50	629,80
				70	50	2,96	1,97	3,5	2,9	30,48	19,7	162,40	133,40
Полдник	1. Слоба обыкновенная	44	180	150	5,22	4,35	4,5	3,75	7,5	6,3	92,00	76,00	
	2. Чай сладкий	64											
всего обед			250	200	8,18	6,32	8,00	6,65	37,98	26,00	254,40	209,40	
Ужин	1. Тефтели рыбные	50	80	60	6,31	7,41	6,57	5,57	6,43	4,91	124,07	93,34	
	2. Овощи тушеные	51	130	110	1,2	0,6	2,80	1,40	6,60	3,30	57,20	28,60	
	2. Хлеб пшеничный	7	40	30	3,19	2,13	0,49	0,33	20,43	13,92	103,00	68,70	
	3. Чай сладкий	3	200	200	0,06	0,06	0,02	0,02	9,99	9,99	40,00	40,00	
Всего ужин			450	400	10,76	10,20	9,88	7,32	43,45	32,12	324,27	230,64	
Всего за день			1871	1597	55,14	43,13	60,47	48,31	260,79	203,78	1800,07	1416,14	