

Ученый МБДОУ - д/с "Солнышки"

приём пищи	Неделя 2 наименование блюда	3 день	тех. карта №	выход блюда (3-7 л.)	выход блюда (2-3 г.)	пищевые вещества			УВ (2-7 лет)	УВ (2-3 г.)	жидкость (кал.) (3-7 л.)	30 цм (кал.) (2-3 г.)
						Б (3-7 л.)	Ж (3-7 л.)	Ж (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
всего												
завтрак				411	367	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
всего 2 завтрак				100	100	0,6	0,6	0,6	14,7	14,7	70,30	70,30
обед	1.Суп фрикадельками из курицы	55	180	150	6,89	6,64	6,59	5,18	25,44	24,5	189,80	169,00
	2.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
	3.Картофельное пюре	15	130	110	3,06	2,04	4,8	3,2	20,43	13,62	138,39	92,00
всего обеда	4.Хлеб ржаной	7	50	40	2,34	1,56	0,54	0,36	19,93	13,29	96,00	62,40
	5.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
Полдник	1.Сдоба обыкновенная	44	70	50	2,96	1,97	3,5	2,9	30,48	19,7	162,40	133,40
	2.Кипяченое молоко	64	180	150	5,22	4,35	4,5	3,75	7,5	6,3	92,00	76,00
всего полдник				250	200	8,18	6,32	8,00	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 ужина				450	400	10,76	10,20	9,88	43,45	32,12	324,27	230,64
Всего за день				1871	1597	55,14	43,13	60,47	260,79	203,78	1800,07	1416,14