

УТВЕРЖДАЮ:
 Заведующий МБДОУ «дошкольный образовательный центр "Солнышко" с. Березовка С.В. Кудрявцева



прием пищи	Неделя I наименование блюда	тех. карта №	выход блюда (3-7 л.)	выход блюда (2-3 г.)	пищевые вещества					У(3-7 лет)	Эн. цен. (ккал) (2-3 г.)
					Б(3-7 л.)	Б(2-3 г.)	Ж(3-7 л.)	Ж(2-3 г.)	У(3-7 лет)		
завтрак	1. Каша "Дружба" молочная	29	180	150	5,5	4,13	8,77	6,58	19,27	213,00	159,75
	2. Хлеб пшеничный с маслом	16	40/5	30/3	2,3	2,3	4,36	4,36	14,62	108,00	108,00
	3. чай	3	180	170	0,06	0,04	0,02	0,01	9,99	40,00	35,00
всего завтрак			405	353	7,86	6,47	13,15	10,95	43,88	361,00	302,75
2 завтрак	3. Сок	65	100	100	0,6	2,06	0,6	0,76	14,7	70,30	70,30
всего 2 завтрак			100	100	0,6	2,06	0,6	0,76	14,7	70,30	70,30
всего обед	1. Суп картофельный с гречками (из мяса птицы)	30,31	180	150	2,34	1,4	2,82	1,69	11,71	101,00	61,00
	2. Биточки мясные (из мяса птицы)	32	60	50	7	5	8	7	11,00	133,00	110,70
	3. Каша гречневая рассыпчатая	33	110	80	8,59	5,73	6,09	4,06	28,64	183,00	122,00
	4. Хлеб ржаной	7	50	40	2,34	1,56	0,54	0,36	19,93	96,00	62,40
	5. Компот из с/ф	63	180	150	1,00	1,00	0	0	20,2	84,80	84,80
всего полдник			600	485	21,27	14,69	17,45	13,11	91,48	597,80	440,90
всего полдник	1. Домашняя булочка	64	70	50	2,59	1,97	3,5	2,9	26,67	142,10	137,00
	3. Сладкий чай		180	150	5,22	4,35	4,5	3,75	7,56	92,00	76,00
всего ужин			250	200	7,81	6,32	8	6,65	34,23	234,10	213,00
всего день	1. Макароны отварный с маслом	35,48	170/40	130/40	10,2	9,15	14,00	11,90	13,60	293,00	175,00
	2. Хлеб пшеничный	7	40	30	3,19	2,13	0,49	0,33	20,43	103,00	78,56
	3. Кисель	4	200	200	1,36	1,02	0	0	29,02	116,19	116,19
всего день			1805	1538	52,29	41,84	53,69	43,7	247,34	1775,39	1396,70