

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) (2-3 г.)	
					Б (3-7 л.) 3г.)	Б (2- г.)	Б (2-3 г.)	Ж (3-7 л.)	Ж (2- 3г.)	У (3-7 л.)		ЭН.цен. (ккал) (3-7 л.)
завтрак	1.Пудинг творожный с повидлом/сгущённое молоко	40	150/25	130/25	10.46	9.33	10.09	9.8	22.11	17.55	183.00	171.00
	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.Какао на молоке	1	180	180	3.67	3.15	3.19	2.72	15.82	12.96	107.00	89.00
всего завтрак			406	372	18.43	14.32	19.2	18.18	55.97	41.48	436.60	362.00
Завтрак	1.сок	65	100	100	0.6	0.6	0.6	0.6	14.7	14.7	70.30	70.30
всего 2			100	100	0.6	0.6	0.6	0.6	14.7	14.7	70.30	70.30
Завтрак	1.Свекольник со сметаной (курица)	41	180	150	1.92	1.15	6.33	3.8	10.05	7.47	104.12	62.49
обед	2.Суфле из мяса	43	70	60	7.3	6.2	11.03	6.40	2.14	1.84	110.00	100.00
	3.Капуста тушеная	54	150	120	3.98	3.13	7.42	5.56	18.98	14.38	158.00	120.00
	4.Хлеб ржаной	7	50	40	2.34	1.56	0.54	0.36	19.93	13.29	96.00	62.40
	5.компот	63	200	200	1.00	1.00	0	0	20.20	20.20	84.80	84.80
			700	600	17.07	13.32	28.66	17.86	76.31	59.8	605.22	456.99
всего обед					4.42	3.6	1.58	0.99	41.7	26.11	211.00	132.00
Полдник	1.Домашняя булочка	44	70	50	5.22	4.35	4.5	3.75	7.5	6.3	92.00	76.00
всего полдник	2 чай	64	180	150	9.64	7.95	6.08	4.74	49.2	32.41	303.00	208.00
			250	200								
Ужин	1.Каша молочная геркулесовая с маслом	45	200	150	5.39	4.05	6.38	5.69	27.13	20.36	187.00	149.00
	2.Хлеб пшеничный	7	50	50	3.19	2.13	0.49	0.33	20.43	13.92	103.00	68.70
	5.Компот из фруктов +С	5	200	200	0.44	0.4	0	0	23.89	21.81	97.00	91.00
Всего ужин			450	400	9.02	6.58	6.87	6.02	71.45	56.09	387.00	308.70
Всего за день			1906	1672	54.76	42.77	61.41	47.40	267.63	204.48	1802.12	1405.99