

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



приём пищи	Наименование блюда	Неделя 2 4 день				выход блюда (2-3 г.)	выход блюда (3-7 л.)	тех. карта №	пищевые вещества				эн. цен. (ккал) (3-7 л.)	эн. цен. (ккал) (2-3 г.)
		Б (3-7 л.)	Б (2-3 г.)	Ж (3-7 л.)	Ж (2-3 г.)				У (2-3 г.)	У (3-7 л.)				
завтрак	1. Каша манная молочная с маслом	4,52	3,4	4,07	3,96	150	200	18	3,96	20,57	18,94	177,00	141,00	
	2. Хлеб пшеничный с маслом	2,3	2,3	4,36	4,36	30/3/	40/5	16	4,36	14,62	14,62	132,00	132,00	
	3. Какао на молоке	3,67	3,15	3,19	2,72	180	180	1	2,72	15,82	12,96	107,00	89,00	
всего завтрак		10,49	8,85	11,62	11,04	363	425		11,04	51,01	46,52	416,00	362,00	
2 Завтрак	1. Сок	0,6	0,6	0,6	0,6	100	100	65	0,6	14,7	14,7	70,30	70,30	
всего 2 Завтрак		0,6	0,6	0,6	0,6	100	100		0,6	14,7	14,7	70,30	70,30	
	1. Суп крестьянский со сметаной из курицы	4,68	3,74	6,68	5,34	150	180	53	5,34	16,03	12,82	117,50	101,10	
	2. Зразы мясные (птица) с яйцом	5,5	4,39	9,37	5,89	60	70	71	5,89	9,95	8,53	127,43	125,00	
	3. Картофельное пюре	3,6	2,7	5,48	4,11	110	130	54	4,11	10,82	8,12	122,80	92,10	
	4. Хлеб ржаной	2,34	1,56	0,54	0,36	40	50	7	0,36	19,93	13,29	96,00	62,40	
	5. Компот из фруктов +С	0,44	0,4	0	0	180	200	5	0	23,89	21,81	97,00	91,00	
всего обед		16,56	12,79	22,07	15,7	540	630		15,7	80,62	64,57	560,73	471,60	
Полдник	1. Пирожки с повидлом	4,6	3,45	1,87	1,4	50	70	61	1,4	44,44	33,33	162,80	131,60	
	2. Кофейный напиток сладкий	5,22	4,35	4,5	3,75	150	180	64	3,75	7,5	6,3	92,00	76,00	
всего полдник		9,82	7,8	6,37	5,15	200	250		6,37	51,94	39,63	254,80	207,60	
Ужин	1. Омлет натуральный	13,89	11,13	16,03	12,17	170	200	56	12,17	22,60	17,71	321,00	200,00	
	2. Хлеб пшеничный	3,19	2,13	0,49	0,33	30	50	7	0,33	20,43	13,92	103,00	68,70	
	3. Чай сладкий	0,06	0,06	0,02	0,02	200	200	3	0,02	9,99	9,99	40,00	40,00	
всего ужин		17,14	13,32	16,54	12,52	400	450		12,52	53,02	41,62	464,00	308,70	
Всего за день		54,61	43,36	57,2	45,01	1603	1855		45,01	251,29	207,04	1765,83	1420,20	