

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МБДОУ «ДС «Солнышко» с. Березовка  
 С.В. Кудрявцева



прием пищи	Неделя 2 наименование блюда	рек. карта №	выход блюда (3-7 л.)	выход блюда (2-3 г.)	Б (2-3 г.)	Ж (3-7 л.)	пищевые вещества			эн. цен. (квал.) (3-7 л.)	эн. цен. (квал.) (2-3 г.)	
							Ж (2-3 г.)	У (3-3 лет)	У (3-7 лет)			
завтрак	1. Каша молочная пшеничная с маслом	57	180	150	5,67	4,27	7,8	6,86	37,55	20,48	200,00	145,00
	2. Хлеб пшеничный с маслом	16	40/5	30/3/	2,3	2,3	4,36	4,36	14,62	14,62	132,00	132,00
	3. Кофейный напиток сладкий	2	180	170	1,3	0,89	1,4	0,9	14,30	9,30	65,00	55,00
всего завтрак			405	353	9,27	7,46	13,56	12,12	61,47	44,4	397,00	332,00
2 Завтрак	1. Сок	65	100	100	0,6	0,5	0,6	0,5	14,7	10,7	73,30	73,30
всего 2 Завтрак			100	100	0,6	0,5	0,6	0,5	14,7	10,7	73,30	73,30
	2. Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом птицы	58	180	150	4,1	3,8	9,9	8,4	23,38	19,2	159,00	101,00
	3. Картофельная запеканка с мясом (птица)	59	150	150	12,13	12,13	9,50	9,50	25,70	25,70	237,00	237,00
	4. Соус сметанный	62	15	10	2,64	1,64	4,52	3,52	6,30	5,30	90,60	75,60
	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	0,80	0	0	20,2	18,2	86,80	81,80
всего			575	500	22,21	19,93	24,46	21,78	95,51	81,69	669,40	557,80
	1. Домашняя булочка	44	70	50	2,59	1,2	3,5	1,7	26,67	13,3	168,12	71,5
Полдник	2. Чай сладкий	64	180	150	5,22	4,35	4,5	3,75	7,5	6,3	92,00	76,00
всего полдник			250	200	7,81	5,55	8,00	5,45	34,17	19,6	260,12	147,50
Ужин	1. Каша гречневая с маслом	60	70	60	9,03	7,54	6,50	5,31	2,87	2,44	112,80	96,00
	2. Хлеб пшеничный	7	40	30	3,19	2,13	0,49	0,33	20,43	13,92	103,00	68,70
	3. Компот из фруктов +С	5	200	200	0,44	0,4	0	0	23,89	21,81	97,00	97,00
всего за день			310	290	12,66	10,07	6,99	5,64	47,19	38,17	312,80	261,70
всего за день			1640	1443	52,55	43,51	53,61	45,49	253,04	194,56	1712,62	1424,60