

УТВЕРЖАЮ:

Заведующий МБДОУ – д/с Солнышко
с. Березовка
С.В.Кудрявцева

приём пищи	Неделя 2 наименование блюда	5 день	тех. карта №	выход блюда (3-7 л.)	выход блюда (2-3 г.)	пищевые вещества						эн. цен. (ккал) (3-7 л.)	эн. цен. (ккал) (2-3 г.)
						Б (3-7 л.) 3г.)	Б (2-3 г.)	Ж (3-7 л.)	Ж (2-3 г.)	У (3-7 л.)	У (2-3г.)		
завтрак	1.Каша молочная пшеничная с маслом	57		180	150	5.67	4.27	7.8	6.86	32.55	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 на молоке	2		180	150	1.3	0.89	1.4	0.9	14.30	9.30	65.00	55.00
всего завтрак				405	333	9.27	7.46	13.56	12.12	61.47	44.4	397.00	332.00
Завтрак всего 2	1.сок	65		100	85	0.6	0.5	0.6	0.5	14.7	10.7	73.30	60.30
Завтрак всего 2				100	85	0.6	0.5	0.6	0.5	14.7	10.7	73.30	60.30
Завтрак	1.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
	2.Картофельная запеканка с мясом (говядина)	59		150	150	12.13	12.13	9.50	9.50	25.70	25.70	237.00	237.00
	3.Соус сметанный	62		15	10	2.64	1.64	4.52	3.52	6.30	5.30	90.60	75.60
	4.Хлеб ржаной	7		50	40	2.34	1.56	0.54	0.36	19.93	13.29	96.00	62.40
	5.Сок	63		180	150	1.00	0.80	0	0	20.2	18.2	86.80	81.80
				600	515	22.92	20.47	27.5	23.49	99.69	83.98	720.35	581.51
всего обед				60	30	2.59	1.2	3.5	1.7	26.67	13.3	144.10	71.5
Полдник	1.сдоба	44		60	30	5.22	4.35	4.5	3.75	7.5	6.3	92.00	76.00
	2.чай	64		180	150								
всего полдник				240	180	7.81	5.55	8.00	5.45	34.17	19.6	236.10	147.50
Ужин	1.Суфле рыбное	60		70	60	9.03	7.54	6.50	5.31	2.87	2.44	112.80	96.00
	2.Овощи тушеные	51		150	120	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
	4.Компот из фруктов +С	5		200	180	0.44	0.4	0	0	23.89	21.81	97.00	91.00
Всего ужин				460	390	13.86	10.67	9.79	7.04	53.79	41.47	370.00	284.30
Всего за день				1805	1503	54.46	44.65	59.45	48.60	263.82	200.15	1796.75	1405.50