

УТВЕРЖДАЮ:
Зам.заведующего МБДОУ - д/с "Солнышко" с. Березовка
О.Л.Попова

прием пищи	Надлежащая наименование блюда	5 день тех. карта №	выход блюда (3-7 л.)	выход блюда (2-3 г.)	пищевые вещества					энергетическая ценность (ккал)	энергетическая ценность (ккал)	энергетическая ценность (ккал)
					Б (3-7 л.)	Б (2-3 г.)	Ж (3-7 л.)	Ж (2-3 г.)	У (3-7 лет)	У (2-3 г.)	У (3-7 лет)	У (2-3 г.)
завтрак	1.Каша "Дружба" молочная	29	180	150	5,5	4,13	8,77	6,58	19,27	13,96	213,00	159,75
	2.Хлеб пшеничный с маслом	16	40/5	30/3	2,3	2,3	4,36	4,36	14,62	14,62	108,00	108,00
	3.чай	3	180	170	0,06	0,04	0,02	0,01	9,99	6,99	40,00	35,00
всего завтрак			405	353	7,86	6,47	13,15	10,95	43,88	35,57	361,00	302,75
2.Завтрак	3.Сок	65	100	100	0,6	2,06	0,6	0,76	14,7	28,5	70,30	70,30
всего 2.Завтрак			100	100	0,6	2,06	0,6	0,76	14,7	28,5	70,30	70,30
2.Завтрак	1.Суп картофельный с гренками (из мяса птицы)	30,31	180	150	2,34	1,4	2,82	1,69	11,71	5,98	101,00	61,00
	2.Биточки мясные (из птицы)	32	60	50	7	5	8	7	11,00	7,00	133,00	110,70
	4.Каша гречневая рассыпчатая	33	110	80	8,59	5,73	6,09	4,06	28,64	15,76	183,00	122,00
всего обед	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	1,00	0	0	20,2	20,2	84,80	84,80
			600	485	21,27	14,69	17,45	13,11	91,48	62,23	597,80	440,90
Полдник	1.Печенье, вафля, пряник		70	50	2,59	1,97	3,5	2,9	26,67	19,73	142,10	137,00
	3.Кипяченое молоко	64	180	150	5,22	4,35	4,5	3,75	7,56	6,30	92,00	76,00
			250	200	7,81	6,32	8	6,65	34,23	26,03	234,10	213,00
всего полдник												
Ужин	1.Сырники творожные с морковью с молочным сладким соусом	35,48	170/40	130/40	10,2	9,15	14,00	11,90	13,60	10,90	293,00	175,00
	2.Хлеб пшеничный	7	40	30	3,19	2,13	0,49	0,33	20,43	13,92	103,00	78,56
	3.Кисель	4	200	200	1,36	1,02	0	0	29,02	21,76	116,19	116,19
всего ужин			450	400	14,75	12,3	14,49	12,23	63,05	46,58	512,19	369,75
всего за день			1805	1538	52,29	41,84	53,69	43,7	247,34	198,91	1775,39	1396,70