

УТВЕРЖДАЮ:

Зам.заведующего МДОУ "Солнышко" с. Березовка

О.П. Попова

приемы пищи	Неделя 1 наименование блюда	4зень	тех. карта №	наход. блюда (3-7 л.)	наход. блюда (2-3 г.)	Б (3-7 л.)	Б (2-3 г.)	Ж (3-7 л.)	Ж (2-3 г.)	пищевые вещества	зап. (ккал.) (3-7 л.)	эм. (ккал.) (2-3 г.)
завтрак	1. Каша манная молочная с маслом	18		200	150	4,52	3,4	4,07	3,96	18,94	177,00	141,00
	2. Хлеб пшеничный с маслом и сыром	70		40/5/6	30/3/6	4,3	1,84	5,92	5,66	18,04	146,60	102,00
всего завтрак	3. Какао на молоке	1		180	180	3,67	3,15	3,19	2,72	15,82	107,00	89,00
2 Завтрак	1. Сок	65		100	100	12,49	8,39	13,18	12,34	54,43	430,60	332,00
всего 2 Завтрак				100	100	0,6	0,6	0,6	0,6	14,7	70,30	70,30
	1. Суп с рыбными консервами	24		180	150	8,6	7,8	8,4	5,04	14,33	147,10	100,00
	2. Рулет из мяса птицы с луком, яйцом	25		70	60	9,62	7,18	7,81	5,92	7,42	138,00	104,00
	3. Порце картофельное с морковью, свеклой	26		150	120	3,06	2,04	9,2	6,14	27,43	172,05	128,00
	4. Хлеб ржаной	7		50	40	2,34	1,56	0,54	0,36	19,93	96,00	62,40
	5. Компот из фруктов +С	5		200	180	0,44	0,4	0	0	23,89	97,00	91,00
всего обед				650	550	24,06	18,98	25,95	17,46	93	650,15	485,40
Полдник	1. Слоба обыкновенная	42		70	60	5,1	4,83	8,8	6,6	27,7	25,78	187,95
	2. Кофейный напиток сладкий	64		180	150	5,22	4,35	4,5	3,75	7,56	92,00	76,00
всего полдник				250	210	10,32	9,18	13,3	10,35	35,26	342,60	263,95
	1. Каша рисовая молочная с маслом	28		200	150	3,09	2,32	4,07	3,96	29,09	159,00	142,00
Ужин	2. Хлеб пшеничный	7		50	50	3,19	2,13	0,49	0,33	20,43	103,00	68,70
	3. Чай сладкий	3		200	200	0,06	0,06	0,02	0,02	9,99	40,00	40,00
Всего ужин				450	400	6,34	4,51	4,58	4,31	59,51	302,00	250,70
Всего за день				1881	1627	53,81	41,66	57,61	45,06	256,9	1795,65	1402,35