

УТВЕРЖДАЮ:

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



приём пищи	Неделя 1	1 день	тех. карта №	выход блюда (3-7 л.)	выход блюда (2-3 г.)	пищевые вещества					эн. ден. (ккал)	
						Б (3-7 л.) 3г.)	Б (2-3 г.)	Ж (3-7 л.)	Ж (2-3 г.)	У (3-7 л.) 3г.)	У (2-3 г.) 3г.)	(3-7 л.)
завтрак	наименование блюда											
	1.Макароны отварные с маслом											
		8	200	150	7.34	5.5	6.08	4.57	25.26	224.00	168.00	
завтрак	2.Хлеб пшеничный с маслом, сыр											
	3.Кофейный напиток на молоке											
		70	40/5/6	30/5/6	4.3	1.84	5.92	5.66	18.04	10.97	102.00	
всего завтрак	1.Сок											
	2.Плов из мяса птицы											
		65	100	100	1.3	1.3	1.4	1.4	14.30	66.00	66.00	
Завтрак	1.Суп гороховый с мясом											
	2.Плов из мяса птицы											
		9	180	150	12.94	8.64	13.4	11.63	57.6	41.71	436.60	
Всего 2 завтрак	3.Хлеб ржаной											
	4.Компот из фруктов +С											
		10	200	150	0.6	0.6	0.6	0.6	14.7	14.7	70.30	
всего обед	1.Булочка молочная											
	2. молоко											
		21	70	50	20.62	18.05	31.27	23.4	93.38	75.83	641.95	
Полдник	1.Булочка молочная											
	2. молоко											
		64	180	150	7.42	4.64	1.58	0.99	21.7	15.11	211.00	
всего полдник	1.Каша кукурузная молочная											
	2.Хлеб пшеничный											
		5	200	180	5.22	4.35	4.5	3.75	7.5	6.3	92.00	
Ужин	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	200	200	12.64	8.99	6.08	4.74	29.2	21.41	303.00	
Всего ужин	1.Каша кукурузная молочная											
	2.Хлеб пшеничный											
		11	200	150	4.21	3.1	9.16	7.86	17.9	15.94	184.00	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		7	50	50	3.19	2.13	0.49	0.33	20.43	13.92	103.00	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	200	200	1.36	1.36	0	0	29.02	29.02	116.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	450	400	8.76	6.59	9.65	8.19	67.35	58.88	403.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		1911	1621	1621	55.56	42.87	61.00	48.56	262.23	212.53	1855.04	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		7	50	50	3.19	2.13	0.49	0.33	20.43	13.92	103.00	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	200	200	1.36	1.36	0	0	29.02	29.02	116.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	450	400	8.76	6.59	9.65	8.19	67.35	58.88	403.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		1911	1621	1621	55.56	42.87	61.00	48.56	262.23	212.53	1855.04	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		7	50	50	3.19	2.13	0.49	0.33	20.43	13.92	103.00	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	200	200	1.36	1.36	0	0	29.02	29.02	116.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	450	400	8.76	6.59	9.65	8.19	67.35	58.88	403.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		1911	1621	1621	55.56	42.87	61.00	48.56	262.23	212.53	1855.04	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		7	50	50	3.19	2.13	0.49	0.33	20.43	13.92	103.00	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	200	200	1.36	1.36	0	0	29.02	29.02	116.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	450	400	8.76	6.59	9.65	8.19	67.35	58.88	403.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		1911	1621	1621	55.56	42.87	61.00	48.56	262.23	212.53	1855.04	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		7	50	50	3.19	2.13	0.49	0.33	20.43	13.92	103.00	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	200	200	1.36	1.36	0	0	29.02	29.02	116.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	450	400	8.76	6.59	9.65	8.19	67.35	58.88	403.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		1911	1621	1621	55.56	42.87	61.00	48.56	262.23	212.53	1855.04	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		7	50	50	3.19	2.13	0.49	0.33	20.43	13.92	103.00	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	200	200	1.36	1.36	0	0	29.02	29.02	116.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	450	400	8.76	6.59	9.65	8.19	67.35	58.88	403.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		1911	1621	1621	55.56	42.87	61.00	48.56	262.23	212.53	1855.04	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		7	50	50	3.19	2.13	0.49	0.33	20.43	13.92	103.00	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	200	200	1.36	1.36	0	0	29.02	29.02	116.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	450	400	8.76	6.59	9.65	8.19	67.35	58.88	403.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		1911	1621	1621	55.56	42.87	61.00	48.56	262.23	212.53	1855.04	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		7	50	50	3.19	2.13	0.49	0.33	20.43	13.92	103.00	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	200	200	1.36	1.36	0	0	29.02	29.02	116.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	450	400	8.76	6.59	9.65	8.19	67.35	58.88	403.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		1911	1621	1621	55.56	42.87	61.00	48.56	262.23	212.53	1855.04	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		7	50	50	3.19	2.13	0.49	0.33	20.43	13.92	103.00	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	200	200	1.36	1.36	0	0	29.02	29.02	116.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	450	400	8.76	6.59	9.65	8.19	67.35	58.88	403.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		1911	1621	1621	55.56	42.87	61.00	48.56	262.23	212.53	1855.04	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		7	50	50	3.19	2.13	0.49	0.33	20.43	13.92	103.00	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	200	200	1.36	1.36	0	0	29.02	29.02	116.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	450	400	8.76	6.59	9.65	8.19	67.35	58.88	403.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		1911	1621	1621	55.56	42.87	61.00	48.56	262.23	212.53	1855.04	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		7	50	50	3.19	2.13	0.49	0.33	20.43	13.92	103.00	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	200	200	1.36	1.36	0	0	29.02	29.02	116.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	450	400	8.76	6.59	9.65	8.19	67.35	58.88	403.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		1911	1621	1621	55.56	42.87	61.00	48.56	262.23	212.53	1855.04	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		7	50	50	3.19	2.13	0.49	0.33	20.43	13.92	103.00	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	200	200	1.36	1.36	0	0	29.02	29.02	116.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	450	400	8.76	6.59	9.65	8.19	67.35	58.88	403.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		1911	1621	1621	55.56	42.87	61.00	48.56	262.23	212.53	1855.04	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		7	50	50	3.19	2.13	0.49	0.33	20.43	13.92	103.00	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	200	200	1.36	1.36	0	0	29.02	29.02	116.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	450	400	8.76	6.59	9.65	8.19	67.35	58.88	403.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		1911	1621	1621	55.56	42.87	61.00	48.56	262.23	212.53	1855.04	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		7	50	50	3.19	2.13	0.49	0.33	20.43	13.92	103.00	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	200	200	1.36	1.36	0	0	29.02	29.02	116.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	450	400	8.76	6.59	9.65	8.19	67.35	58.88	403.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		1911	1621	1621	55.56	42.87	61.00	48.56	262.23	212.53	1855.04	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		7	50	50	3.19	2.13	0.49	0.33	20.43	13.92	103.00	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	200	200	1.36	1.36	0	0	29.02	29.02	116.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	450	400	8.76	6.59	9.65	8.19	67.35	58.88	403.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		1911	1621	1621	55.56	42.87	61.00	48.56	262.23	212.53	1855.04	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		7	50	50	3.19	2.13	0.49	0.33	20.43	13.92	103.00	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	200	200	1.36	1.36	0	0	29.02	29.02	116.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	450	400	8.76	6.59	9.65	8.19	67.35	58.88	403.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		1911	1621	1621	55.56	42.87	61.00	48.56	262.23	212.53	1855.04	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		7	50	50	3.19	2.13	0.49	0.33	20.43	13.92	103.00	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	200	200	1.36	1.36	0	0	29.02	29.02	116.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		4	450	400	8.76	6.59	9.65	8.19	67.35	58.88	403.19	
Всего за день	3.Кисель											
	1.Каша кукурузная молочная											
		1911	1621	1621	55.56							