

УТВЕРЖДАЮ:
 Заведующий МБДОУ - д/с "Солнышко" с. Березовка
 С. В. Кудрявцева

Предышняя	Педagog 2 наименование блюда	тех. карт. №	4 день	мл	г	шт.	пшеничные изделия					яичин (шт.) (0-3.1)	яичин (шт.) (0-3.1)
							Б (0-3.1)	Ж (0-2.1)	У (0-7.1)	У (0-7.2)	У (0-7.3)		
завтрак	1. Капша манная молочная с маслом	18	200	150	4,52	3,4	4,07	3,96	20,57	18,94	177,00	141,00	
	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. Какао с молоком	1	180	180	3,67	3,15	3,19	2,72	15,82	12,96	107,00	89,00	
всего завтрак			425	363	10,49	8,85	11,62	11,04	51,01	46,52	416,00	362,00	
2. Завтрак	1. Фрукты	65	100	100	0,6	0,6	0,6	0,6	14,7	14,7	70,30	70,30	
всего 2. Завтрак			100	100	0,6	0,6	0,6	0,6	14,7	14,7	70,30	70,30	
обед	1. Салат из моркови с яблоком	66	50	30	0,71	0,5	3,04	2,04	4,18	3,56	46,95	42,60	
	2. Суп крестьянский со сметаной из курицы	53	180	150	4,68	3,74	6,68	5,34	16,03	12,82	117,50	101,10	
	3. Разрез мясные (говядина) с яйцом	71	70	60	5,5	4,39	9,37	5,89	9,95	8,53	127,43	125,00	
	4. Капуста тушеная	54	130	110	3,6	2,7	5,48	4,11	10,82	8,12	122,80	92,10	
	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 фруктов +С	5	200	180	0,44	0,4	0	0	23,89	21,81	97,00	91,00	
всего обед			680	570	17,27	13,29	25,11	17,74	84,8	68,13	607,68	514,20	
Полдник	1. Пирожки с повидлом	61	70	50	4,6	3,45	1,87	1,4	44,44	33,33	162,80	131,60	
	2. Кисломолочный напиток	64	180	150	5,22	4,35	4,5	3,75	7,5	6,3	92,00	76,00	
всего полдник			250	200	9,82	7,8	6,37	5,15	51,94	39,63	254,80	207,60	
Ужин	1. Ленивые вареники	56	200	170	13,89	11,13	16,03	12,17	22,60	17,71	321,00	200,00	
	2. Хлеб пшеничный	7	50	30	3,19	2,13	0,49	0,33	20,43	13,92	103,00	68,70	
	3. Чай сладкий	3	200	200	0,06	0,06	0,02	0,02	9,99	9,99	40,00	40,00	
Всего ужин			450	400	17,14	13,32	16,54	12,52	53,02	41,62	464,00	308,70	
Всего за день			1905	1633	55,32	43,86	60,24	47,05	255,47	210,60	1812,78	1462,80	