

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

приём пищи	Неделя 2 наименование блюда	тех. карта №	выход блюда (3-7 л.)	выход блюда (2-3 г.)	пищевые вещества			эн. ден. (ккал) (2-3 г.)				
					Б (3-7 л.)	Б (2-3 г.)	Ж (3-7 л.)		Ж (2-3 г.)	эн. ден. (ккал) (3-7 л.)	эн. ден. (ккал) (2-3 г.)	
завтрак	1. Пудинг творожный с повидлом/стужённое молоко	40	150/25	130/25	10,46	9,33	10,09	9,8	22,11	17,33	183,00	171,00
	2. Хлеб пшеничный с маслом	70	40/5/6	30/3/4	4,3	1,84	5,92	5,66	18,04	10,97	146,60	102,00
	3. Какао на молоке	1	180	180	3,67	3,15	3,19	2,72	15,82	12,96	107,00	89,00
завтрак	1. Сок	65	100	100	0,6	0,6	0,6	0,6	14,7	14,7	70,30	70,30
	2. Завтрак		100	100	0,6	0,6	0,6	0,6	14,7	14,7	70,30	70,30
всего 2 Завтрак	1. Свекольник со сметаной (курица)	41	180	150	1,92	1,15	6,33	3,8	10,05	7,47	104,12	62,49
	2. Суфле из мяса (птица)	43	70	60	7,3	6,2	11,03	6,40	2,14	1,84	110,00	100,00
	3. Пюре картофельное	54	150	120	3,98	3,13	7,42	5,56	18,98	14,38	158,00	120,00
	4. Хлеб ржаной	7	50	40	2,34	1,56	0,54	0,36	19,93	13,29	96,00	62,40
	5. Компот из с/фр	63	200	200	1,00	1,00	0	0	20,20	20,20	84,80	84,80
всего обед			650	570	16,54	13,04	25,32	16,12	71,3	57,18	552,92	429,69
	1. Домашняя булочка	44	70	50	4,42	3,6	1,58	0,99	41,7	26,11	211,00	132,00
Полдник	2. Кофейный напиток сладкий	64	180	150	5,22	4,35	4,5	3,75	7,5	6,3	92,00	76,00
	всего полдник		250	200	9,64	7,95	6,08	4,74	49,2	32,41	303,00	208,00
Ужин	1. Каша молочная геркулесовая с маслом	45	200	150	5,39	4,05	6,38	5,69	27,13	20,36	187,00	149,00
	2. Хлеб пшеничный	7	50	50	3,19	2,13	0,49	0,33	20,43	13,92	103,00	68,70
	5. Компот из фруктов +С	5	200	200	0,44	0,4	0	0	23,89	21,81	97,00	91,00
всего ужин		450	400	9,02	6,58	6,87	6,02	71,45	56,09	387,00	308,70	
всего за день		1856	1642	54,23	42,49	58,07	45,66	262,62	201,86	1749,82	1378,69	