

УТВЕРЖАЮЩИЙ
Заведующий МАДОУ «
С.В. Гла

3 день недели

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли	Вес блюда сад	Пищевые вещества на порцию						Энергетическая я ценность		Энергетическая ценность сад	№ рецептуры
				Белки ясли	Белки сад	Жиры ясли	Жиры сад	Углеводы ясли	Углеводы сад	ясли			
Завтрак	Каша вязкая ячневая молочная	150,00	200,00	2,25	3,00	3,75	5,00	20,55	27,40	109,68	174,20	182	
	Какао с молоком	150,00	180,00	2,76	3,32	2,35	2,83	11,20	14,03	89,16	101,52	43	
	Бутерброд с маслом сливочным	28,00	30,00	1,37	1,47	4,22	4,53	8,18	8,77	76,16	81,60	1	
Итого за завтрак		328,00	410,00	6,38	7,79	10,32	12,36	39,93	50,20	275,00	357,32	2	
	Второй завтрак:	120,00	150,00	2,74	5,15	3,20	4,01	7,00	8,70	67,62	91,00		
Итого за второй завтрак	Йогурт 2,5%	40,00	60,00	0,33	0,49	1,80	2,70	3,20	3,80	22,00	33,00	43	
	Салат из свежих огурцов	150,00	180,00	1,13	1,36	1,70	2,92	8,57	10,28	49,65	104,50	80	
	Суп картофельный с крупой	150,00	180,00	15,00	18,00	9,23	11,76	16,33	19,60	262,61	301,70	276	
	Жаркое по- домашнему	150,00	180,00	0,10	0,12	0,00	0,00	11,06	13,28	77,60	90,54	431	
Итого за обед	Компот из сушеных фруктов	40,00	50,00	1,44	1,80	0,36	0,45	12,48	15,60	59,40	74,25	148	
	Хлеб ржаной	530,00	650,00	18,00	21,77	13,09	17,83	51,64	62,56	471,26	603,99		
	Уплотнённый й полдник	130,00	160,00	9,37	11,54	15,30	18,83	13,42	14,32	179,75	269,06	315	
	Соус томатный	20,00	20,00	0,20	0,20	0,84	0,84	1,20	1,20	32,00	32,00	348	
	Чай с сахаром	150,00		0,15		0,07		8,30		28,40		411	
	Хлеб пшеничный	30,00	40,00	2,01	2,64	0,27	0,36	11,60	15,40	79,60	106,14	147	
	Напиток с витаминами "Витощка"		200,00		0,00		0,00		19,40		75,00		
Итого за уплотненный полдник		330,00	420,00	11,73	14,38	16,48	20,03	34,52	50,32	319,75	482,20		
Итого за день		1303,00	1710,00	38,85	49,09	43,09	54,23	133,09	171,78	1133,63	1534,51		