

Утверждаю

Заведующий МБДОУ Гашлинский ДС
"Дружба"

Долгова Е.А

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1/День 3							
Завтрак:							
	1.Каша вязкая молочная "Дружба"	200,00	6,21	7,73	27,71	182,00	84
	2. Бутерброд с повидлом (хлеб, батон)	40,00	2,30	4,36	14,62	108,00	1
	3.Повидло	5,00	0,09	0,00	3,24	13,00	117
	4. Чай с молоком	180\12	0,80	1,00	13,50	56,00	261
	Сок фруктовый (Фрукт*)	200,00	0,00	0,00	20,20	83,00	399
2 завтрак:							
Итого за завтрак:		620\5\12	9,31	13,09	76,03	429,00	
Обед:							
	1.Салат из моркови и яблок*	60,00	0,59	4,04	4,30	57,30	8
	2.Суп - лапша на курином бульоне	250,00	6,05	7,98	10,92	114,18	76
	3.Голубцы ленивые	70,00	5,75	4,45	4,19	79,63	151
	4.Соус красный основной	50,00	0,69	1,95	3,09	31,00	228
	5.Компот из свежих фруктов*	200,00	7,76	7,76	17,86	142,00	631 с.447
	6. Хлеб ржано-пшеничный	50,00	3,30	0,60	16,70	87,00	115
	7. Хлеб пшеничный	80	6,16	0,80	39,84	209,60	1
Итого за обед:		450,00	23,66	15,56	81,68	549,23	
Полдник:							
	1.Омлет	150	12,90	20,00	2,61	271,23	12.307
	2. Хлеб пшеничный	80	6,16	0,80	39,84	209,60	1
	3.Чай с сахаром	180\12	0,00	0,00	11,98	43,00	263,264
Итого за полдник:		305\12	12,90	20,00	14,59	314,23	
Итого за третий день:		1,38	45,87	48,65	172,30	1292,46	
Среднее значение за период		460	13,135	11,21	62,2	400,63	