

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ Ташлинский ДС
 "Дружба"
 Долгова Е.А.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1/День 5							
Завтрак:							
	1.Каша вязкая ячневая молочная	200	6,64	7,59	28,13	204,00	99
	2. Бутерброд с сыром (хлеб, батон)	40\5	2,30	4,36	14,62	108,00	1
	3. Чай с лимоном*	180\12\5	0,04	0,00	12,13	47,00	200,264
2 завтрак:							
	Сок фруктовый (Фрукт*)	200,00	0,60	0,00	20,20	83,00	399
Итого за Обед:		620,00	9,58	11,95	75,08	359,00	
	1.Салат из свежих огурцов_с луком и растительным маслом*	60	0,60	3,22	5,96	48,50	10
	2. Борщ с капустой и картофелем	200	1,81	4,91	12,74	102,50	57
	3.Макаронные изделия отварные	150	5,34	6,96	31,45	203,00	195
	4.Котлета из говядины	70	10,68	11,72	5,74	176,75	161
	5.Соус красный основной	50	0,69	1,95	3,09	31,00	228
	5. Компот из сухофруктов	200,00	0,48	0,00	23,80	90,00	241
	7. Хлеб ржано-пшеничный	50,00	3,30	0,60	16,70	87,00	115
	8. Хлеб пшеничный	80	6,16	0,80	39,84	209,60	1
Итого за обед:		860,00	29,06	30,16	139,32	948,35	
Полдник:							
	1.Зефир (кондитерские изделия)	40	1,50	2,00	14,90	83,40	640
	2. Чай с сахаром	180\12	0,00	0,00	11,98	43,00	263,264
Итого за Итого за пятый день:			1,50	2,00	26,88	126,40	
Среднее значение за период		566,66	42,75	46,52	243,66	1564,75	
			14,25	15,5	81,22	521,58	