

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 День 7							
Завтрак:							
	1. Каша гречневая рассыпчатая с сахаром	150,00	4,50	6,40	21,90	263,00	186
	2. Бутерброд с сыром (хлеб, батон)	40\5	2,30	4,36	14,62	108,00	1
	3. Чай с сахаром	180\12	0,00	0,00	11,98	43,00	263,264
2 завтрак:							
	Сок фруктовый (Фрукт*)	200,00	0,60	0,00	20,20	83,00	399
Итого за завтрак:		590,00	7,40	10,76	68,70	497,00	
Обед:							
	1. Салат из моркови*	60,00	0,60	3,00	9,30	65,40	71
	2. Свекольник, с мясом и со сметаной (Суп рисовый)	250\10\6	4,22	6,50	13,77	145,00	34
	3. Жаркое по – домашнему	200	7,50	5,30	14,66	227,27	153
	4. Компот из свежих фруктов	200,00	7,76	7,76	17,86	142,00	631 с.447
	5. Хлеб ржано-пшеничный	50,00	3,30	0,60	16,70	87,00	115
Итого за обед:		630,00	23,38	23,16	72,29	666,67	
Полдник:							
	1. Макароны запеченные с яйцом	105,00	7,73	6,91	27,26	185,00	222
	3. Чай с сахаром	180\12	0,00	0,00	11,98	43,00	263,264
Итого за полдник:			7,73	6,91	39,24	228,00	
Итого за седьмой день:			446,96	44,55	208,18	1,528	
Среднее значение за период		500	148,9	14,85	69,3	509	