

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

| Прием пищи                    | Наименование блюда                                    | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>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<br>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<br>(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<br>день:     |                                                       |              | 446,96               | 44,55 | 208,18 | 1,528                             |             |
| Среднее значение<br>за период |                                                       | 500          | 148,9                | 14,85 | 69,3   | 509                               |             |