

Утверждаю



Заведующий Игнатьева С.А.

10 день 3-7 лет							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша вязкая "Дружба"	200	4,81	6,73	28,71	185,00	107
	Хлеб пшеничный	30	1,37	0,36	10,75	59,50	
	Сыр порциями	20	5,28	5,32	0,00	72,00	6
	Чай с сахаром	200	0	0	7,76	30,96	261
		450	11,46	12,41	47,22	347,46	
	%		21,2	20,7	18,1	19,3	
2 Завтрак	Сок	200	2,66	2,93	13,40	89,33	пп
Итого:			2,66	2,93	13,40	89,33	
	%		4,9	4,9	5,1	5,0	
Обед	Суп с лапшой домашней	200	2,32	3,26	13,44	85,2	64
	Жаркое по - домашнему	200	12,5	16,2	32,06	334	тгк
	Хлеб пшеничный	40	1,83	0,48	14,33	79,33	
	Хлеб ржаной	50	1,63	0,60	17,23	74,33	
	Компот из сухофруктов	200	0,43	0,00	15,68	61,47	№6/10
Итого:		690	18,71	20,54	92,75	634,33	
	%		34,6	34,2	35,5	35,2	
Полдник	Фрукт (Среднее яблоко, груша, банан)	100	2,65	2,67	12,3	91	пп
	Пирожки с капустой и яйцом	50	5,25	6,18	22,44	149,92	тгк
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,76	30,96	261
		350	7,90	8,85	42,49	271,88	
	%		14,6	14,8	16,3	15,1	
Итого за день:			40,73	44,73	195,85	1343,00	
			75	75	75	75	
Итого за весь			405	449	1958	13525	
Среднее знач.			40	45	195	1350	
за период			1	1	4		

10 день 1-3 лет							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша вязкая "Дружба"	150	3,01	5,05	21,53	138,75	107
	Хлеб пшеничный	40	1,83	0,48	14,33	79,33	
	Сыр порциями	13	3,43	3,98	0,00	46,80	6
	Чай с сахаром	180	0	0	6,98	27,86	261
		383	8,27	9,51	42,85	292,74	
	%		19,7	20,3	21,1	20,9	
	Сок	165	1,93	2,31	11,17	73,70	пп
Итого:			1,93	2,31	11,17	73,70	
	%		4,6	4,9	5,5	5,3	
Обед	Суп с лапшой домашней	180	2,088	2,22	12,096	76,68	64
	Жаркое по - домашнему (с мясным фаршем)	160	9,96	13,51	24,08	249	тгк
	Хлеб пшеничный	30	1,37	0,36	10,75	59,50	
	Хлеб ржаной	25	0,82	0,3	8,62	37,17	
	Компот из сухофруктов	200	0,43	0,00	15,68	61,47	№6/10
Итого:		595	14,66	16,39	71,22	483,81	
	%		34,9	34,9	35,1	34,6	
2 Завтрак	Фрукт Яблоко зеленое	80	1,6	1,84	7,6	56,48	пп
Полдник	Ватрушка со сметаной	50	5,13	5,16	13,97	125,4	тгк
	Чай с сахаром	150	0	0	5,82	23,22	261
Итого:		280	6,73	7,00	27,39	205,10	
	%		16,0	14,9	13,5	14,6	
Итого за день:			31,58	35,20	152,62	1055,35	
			75	75	75	75	
Итого за весь			317,91	353,54	1520,29	10447	
Среднее знач.			31	35	152	1050	
за период			1	1	4		