

Утверждаю

Заведующий МБДОУ "Д.с. "Сказка" с. Кичуй"

Нуретдинова В.А



День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порций 1-3 года	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	С
ЗАВТРАК						
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3	3,92	6,85	22,39	166,76	0,00
Чай с молоком, сахаром	180/6	2,67	2,27	10,34	72,70	1,20
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,92	4,36	12,92	98,50	
Итого:	359	8,51	13,47	45,65	337,96	1,20
2 - ой ЗАВТРАК						
Сок	125	0,63		12,62	52,77	2,50
Итого:	125	0,63	0,00	12,62	52,77	2,50
ОБЕД						
Салат из зел горош	30	0,89	1,55	1,88	25,08	
Рассольник ленинградский со сметаной	150/5	1,34	3,80	7,37	72,45	
Тефтели куриные (без риса) запеченные в сметанно-томатном соусе	40/20	4,98	5,17	5,89	90,00	0,30
Вермишель отварная	110	4,15	0,49	23,41	114,62	
Напиток из сухофруктов	150	0,50	0,07	17,34	73,33	0,54
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,86	69,30	
Итого:	540	14,17	11,50	69,75	444,78	0,84
ПОЛДНИК						
Молоко кипяченое (молоко)	150	4,58	4,08	7,58	85,00	1,95
Кондитерское изделие	20	1,28	3,36	13,70	90,20	
УЖИН						
Сырники творожные с молоком сгущенным	100/20	20,18	17,90	22,92	334,00	
Напиток из шиповника	150/5	0,50	0,20	12,23	52,50	75
Итого:	445	26,54	25,54	56,43	561,70	76,95
ВСЕГО:	1469	49,84	50,51	184,45	1397,21	81,49

Утверждаю
Заведующий МБДОУ "Д/с "Сказка" с. Кичуй"
Нуретдинова В.А.

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции 3-7 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	С
ЗАВТРАК						
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3	5,04	8,18	28,77	208,76	1,20
Чай с молоком, сахаром	180/6	2,67	2,27	10,34	72,70	
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,50	15,49	111,60	
Итого:	404	10,01	14,95	54,60	393,06	1,20
2 - ой ЗАВТРАК						
Сок	180	0,90		18,18	76,00	3,60
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,00	3,60
ОБЕД						
Салат из зелен горош	50	1,49	2,59	3,13	41,80	6,16
Рассольник ленинградский, со сметаной	180/7	1,63	4,71	8,88	88,56	
Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе	50/25	6,23	6,46	7,36	112,50	0,38
Вермишель отварная	130	4,90	0,58	27,66	135,46	0,65
Напиток из сухофруктов	180	0,60	0,08	20,81	68,18	
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82	89,10	0,00
Итого:	692	19,72	15,17	97,96	594,35	7,18
ПОЛДНИК						
Молоко кипяченое (молоко)	180	5,22	4,50	8,64	96,30	2,34
Кондитерское изделие	20	1,28	3,36	13,70	90,20	90
Сырники творожные с молоком сгущенным	120/30	23,92	21,47	25,23	390,40	
Напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	18,68	79,38	
Итого:	536	31,03	29,58	66,25	656,28	
ВСЕГО:	1812	61,66	59,70	237,00	1719,69	104,32

Утверждаю
Заведующий Аппаковский филиал МБДОУ "Д/с "Сказка"с Кичуй "
Нуретдинова В.А

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции 3-7 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	С
ЗАВТРАК						
Каша пшенинная молочная с маслом сливочным	180/3	5,04	8,18	28,77	208,76	1,20
Чай с молоком, сахаром	180/6	2,67	2,27	10,34	77,70	
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,50	15,49	111,60	
Итого:	404	10,01	14,95	54,60	393,06	1,20
2 - ой ЗАВТРАК						
Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,56	91,80	1,44
Итого:	180	5,22	4,50	7,56	91,80	1,44
ОБЕД						
Салат из зел горошка	50	1,49	2,59	3,13	41,80	6,16
Рассольник ленинградский, со сметаной	180/7	1,63	4,71	8,88	88,56	
Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе	50/25	6,23	6,46	7,36	112,50	
Вермишель отварная	130	4,90	0,58	27,66	135,46	0,65
Напиток из сухофруктов	180	0,60	0,08	20,81	68,18	
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82	89,10	0,00
Итого:	692	19,72	15,17	97,96	594,35	7,18
ПОЛДНИК						
Сырники творожные с молоком сгущенным	120/30	23,92	21,47	25,23	390,40	3,6
Сок	180/	0,90		18,18	76,00	
Итого:	536	24,82	21,47	43,41	466,40	3,60
ВСЕГО:	1812	59,77	56,09	203,53	1545,61	13,42