

Утверждаю
Заведующий МБДОУ "Д\с "Сказка" с.Новотроицкое"
Е.А. Сушкова

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным		180/3			7,44	8,07	33,80	238,71	0,86	ТТК №5Д №414 Дели 2016 2016
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	
Итого:		409			13,90	16,31	59,64	442,06	2,10	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ
Итого:		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	
ОБЕД										
салат из свежей капусты с морковью		60			0,84	3,05	5,41	52,44	10,25	СБ 2016
Суп картофельный с клецками на курином бульоне, с мясом птицы		180/10			5,44	5,30	13,53	133,43	4,38	№91сб дошк 2016
Пудинг рыбный		60/20			11,97	3,91	5,87	106,67	0,46	дошк 2016
Пюре картофельное		140			2,86	4,48	19,08	128,10	16,96	дошк 2016
Напиток из сухофруктов		180			0,60	0,08	16,81	72	0,65	дошк 2016
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	134, Дели +,
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00	144, Дели +,
Итого:		715			26,30	17,48	89,33	632,03	32,70	
ПОЛДНИК										
Вак балиш с рисом и мясом		90			7,02	10,35	28,62	234,63		Согласно сборника №410, 411
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	Памп 2016
Фрукты свежие		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ
Итого:		376			7,48	10,77	44,43	305,57	10,03	
ВСЕГО:		1680			52,90	49,07	200,97	1471,65	45,37	