



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ "Д/с "Сказка" с.Новотроицкое"

Е.А. Сушкова

День 5 -ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>										
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным		180/3			5,34	8,40	29,46	215,85	0,86	ТТК №7Д ТТК 2016.
Чай без сахара, с мармеладом		180/20			0,09	0,02	23,84	96,30	0,03	
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	
<b>Итого:</b>		<b>423</b>			<b>9,04</b>	<b>14,25</b>	<b>68,79</b>	<b>440,92</b>	<b>0,96</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Кисломолочный напиток		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	дошк 2016
<b>Итого:</b>		<b>180</b>			<b>5,22</b>	<b>4,50</b>	<b>7,56</b>	<b>92,00</b>	<b>0,45</b>	
<b>ОБЕД</b>										
Огурцы свежие порционно		50	51,00	50,00	0,35	0,05	0,95	6,00	2,45	Сб дошколь. 2 №87, 128 со дошк 2016 Сб дошколь дошк 2016 ТТК табл 6 стр 134 Дели + 144, Дели +,
Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками		180/10			5,95	4,97	11,98	126,35	4,24	
Тефтели мясные		70			8,10	7,29	7,87	129,44	0,06	
Рагу из овощей		150			2,53	15,70	12,29	202,86	17,87	
Компот из свежих фруктов		180			0,20	0,11	8,93	39,47	7,40	
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00	
<b>Итого:</b>		<b>675</b>			<b>21,72</b>	<b>28,73</b>	<b>70,65</b>	<b>643,99</b>	<b>32,02</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Элеш с птицей		100			10,90	14,00	22,30	245,00		Согласно №412 Дели 2016 184, Дели +,
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100,00	100,00	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	
<b>Итого:</b>		<b>393</b>			<b>11,93</b>	<b>14,23</b>	<b>36,63</b>	<b>314,48</b>	<b>62,83</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1671</b>			<b>47,91</b>	<b>61,71</b>	<b>183,62</b>	<b>1491,39</b>	<b>96,26</b>	