

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «ДС «Голчэчэ»» с.Новое Надырово
Ф.Ф. Мухаметшина
1 день

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			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	№294 СБ №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 сборнику, 411
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	№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	