

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ «Д/с «Голчэчэк» с.Новое Надырово  
Ф.Ф. Мухаметшина  
3 день



Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>										
Каша манная молочная с маслом сливочным		180/3			5,45	5,30	29,08	186,30	1,05	ТТК №4Д дошк 2016 №3 сб дошк
Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	
<b>Итого:</b>		<b>409</b>			<b>12,09</b>	<b>13,53</b>	<b>55,05</b>	<b>390,83</b>	<b>2,50</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Кисломолочный напиток ацидофильный, ряженка)		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ
<b>Итого:</b>		<b>180</b>	<b>185,00</b>	<b>180,00</b>	<b>5,22</b>	<b>4,50</b>	<b>7,56</b>	<b>92,00</b>	<b>0,45</b>	
<b>ОБЕД</b>										
Помидоры свежие порционно		50	51	50	0,55	0,1	1,9	11	8,75	71, сб дошк 20
Суп картофельный с куриными фрикадельками		180/10			3,11	3,30	12,94	102,28	8,85	№83 сб дошк
Птица тушеная с овощами по- татарски		40/30			10,06	10,89	3,96	154,36	2,20	ТТК №753 от
Макаронные изделия отварные, с маслом сливочным		130/3			4,81	6,09	22,96	165,79	0,00	дошк 2016
Кисель		180			0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ТТК
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00	табл 6 стр 144 Педи +
<b>Итого:</b>		<b>658</b>			<b>21,37</b>	<b>20,89</b>	<b>71,81</b>	<b>578,04</b>	<b>20,79</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Запеканка творожная с молоком сгущенным		130/20			24,20	20,06	52,78	408,20	0,34	№251, сб дошк 2016
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	43,92	табл 6 стр 136 Педи +
Кондитерское изделие печенье		40	40,00	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80		
<b>Итого:</b>		<b>376</b>			<b>27,81</b>	<b>24,23</b>	<b>69,22</b>	<b>606,38</b>	<b>44,46</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1623</b>			<b>66,49</b>	<b>63,15</b>	<b>203,65</b>	<b>1667,25</b>	<b>68,20</b>	