

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ «ДС «Голчэчку» с.Новое Надырово  
Ф.Ф. Мухаметшина  
4 день



Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3			6,04	5,54	30,04	214,80		ТТК №10Д №414 Дели 2016 №1 Дели 2010
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		
<b>Итого:</b>	<b>404</b>			<b>11,18</b>	<b>12,45</b>	<b>55,88</b>	<b>401,06</b>	<b>1,17</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Сок разливной	180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	№418 Дели 2016
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>18,18</b>	<b>76,32</b>	<b>3,60</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из свеклы с яблоками	60			0,65	3,1	3,86	46,02		№36 дошк. 2016
Суп картофельный с пшенной крупой на мясном бульоне, с	180/10			4,22	2,33	8,77	76,57	5,99	
Рыба, тушеная с овощами	50/25			9,75	4,95	3,80	105,00	3,75	№229 школьн. 2017 №339 СБ дошк 2016
Пюре картофельное	140			2,86	4,48	19,08	128,10	16,96	
Компот из урюка	180			0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016 таол в стр 134, дели +, 2017 в стр 134, дели +, 2018
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	
Хлеб ржаной	40	40,00	40,00	2,64	0,48	15,86	79,28	0,00	
<b>Итого:</b>	<b>715</b>			<b>22,81</b>	<b>15,60</b>	<b>82,73</b>	<b>573,67</b>	<b>29,14</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>									
Сметанник	75			3,99	8,34	19,85	171,28	0,148	Сборник наш. блюд и №376 Дели 2016
Чай с сахаром	180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	
<b>Итого:</b>	<b>261</b>			<b>4,05</b>	<b>8,36</b>	<b>25,87</b>	<b>195,38</b>	<b>0,18</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1560</b>			<b>38,94</b>	<b>36,41</b>	<b>182,66</b>	<b>1246,43</b>	<b>34,09</b>	