

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Д/с «Голчэчэк» с.Новое Надьрово
Ф.Ф. Мухаметшина
8 день

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
				брутто	нетто	белки			
ЗАВТРАК									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/3			7,44	8,07	33,80	238,71	0,86	ТТК №5Д
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
Бутерброд с маслом, сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010
Итого:	404			13,40	15,76	60,16	441,17	2,29	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок разливной	180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	№418 Дели 2016
Итого:	180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
ОБЕД									
Винегрет овощной	60			0,84	6,02	4,37	75,06		№46 сб дошк 2016
Щи со свежей капустой, с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	180/10/7			3,24	5,19	5,07	84,80	9,54	№73, сб дошк 2016
Тефтели мясные в томатном соусе	60/20			7,18	7,09	8,34	125,85	0,53	СБ дошкольн. №303, 366, 2016
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130/3			7,62	4,16	34,47	205,27	0,00	№179 сб дошк 2016
Компот из урюка	180			0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016
Хлеб ржаной	40	40,00	40,00	2,64	0,48	15,86	79,28	0,00	таол в стр 144, Дели +, 2012
Итого:	690			21,92	22,97	84,70	638,46	12,51	
ПОЛДНИК									
Пудинг творожный запеченный с повидлом	130/20			16,71	15,51	39,07	360,20	0,34	№222 Сб дошк 2016
Чай с сахаром	180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№376 сб дошк 2016
Фрукты свежие	100	100,00	100,00	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	2012
Итого:	436			18,27	16,03	66,09	480,30	10,37	
ВСЕГО:	1710			54,50	54,75	229,13	1636,24	28,77	