


 Утверждаю
 Заведующий МБДОУ «Д/с «Голчэчэ» с.Новое Надырово
 Ф.Ф. Мухаметшина
 9 день

Наименование блюда и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
			(в г)	(в г)	белки	жиры	угл-ды			
			брутто	нетто						
ЗАВТРАК										
Каша рисовая молочная с маслом сливочным		180/3			5,35	5,41	38,57	225,00	0,86	ГТК № 12Д
Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	дошк 2016
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,04	№3 сб дошк
Итого:		409			11,99	13,63	64,54	429,53	2,28	
2 - ой ЗАВТРАК										
кисломолочный напиток		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№9420 С.Б
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	21, сб дошк 20
Суп-лапша домашняя на курином бульоне		180			1,85	3,99	8,37	83,34	0,36	№94 со дошк 2016
Биточки "Домашние"		70			10,38	8,10	14,95	154,75	0,07	проработки №14 / со шк
Картофель запеченный		140			3,8	8,25	29,53	212,8	20,3	№17
Кисель		180			0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ГТК
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00	табл 6 стр 144 Педи +
Итого:		665			19,72	23,90	88,31	647,94	31,97	
ПОЛДНИК										
Омлет натуральный		150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№2229. СБ
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	№116 СБ 134 Педи +
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	2010
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или банан, или мандарины)		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
Итого:		473			16,75	25,50	33,44	433,71	13,11	
ВСЕГО:		1727			53,69	67,54	193,85	1603,18	47,90	