

Утверждаю

Заведующий МБДОУ "Д/с "Рябинка" поселка ж/д станции "Калейкино"

Хайрулина Д.Р.

Согласно
контракта

День: 2 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции с 1 до 3	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	140/3	3,76	6,13	22,96	162,00	
Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	5,99	58,83	1,43
Бутеррод с сыром, маслом сливочным	25/5/5	3,23	5,69	12,92	115,67	0,04
Итого:	364	10,66	15,00	41,86	336,49	1,47
2 - ой ЗАВТРАК						
Сок	125	0,63		12,62	52,77	2,50
Итого:	125	0,63	0,00	12,62	52,77	2,50
ОБЕД						
Салат из картофеля с солеными огурцами	40	0,49	3,14	3,58	44,56	2,41
Борщ со свежей капустой, картофелем, со сметаной	150/7	1,26	4,00	6,81	73,59	6,43
Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе	40/20	4,98	5,17	5,89	90,00	0,30
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110/3	4,17	2,66	23,45	134,38	
Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	11,00	46,05	0,68
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,86	69,30	
Итого:	575	14,85	15,67	74,43	504,88	9,82
ПОЛДНИК						
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык)	150	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45
Булочка дорожная	35	2,37	2,94	14,75	112,35	
Итого:	185	6,72	6,69	21,05	188,35	0,45
УЖИН						
Запеканка творожная с повидлом	100/30	10,92	12,11	47,10	345,50	1,83
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	0,10	0,02	5,17	21,78	2,02
Итого:	290	11,02	12,13	52,27	367,28	3,85
ВСЕГО:	1539,00	43,87	49,49	202,23	1449,78	18,09

Утверждаю
Заведующий МБДОУ "Д.с. "Рябинка" посёлка ж/д станции Калейкино"
Хайруллина Д.Р.

согласно контракта

День 2-ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции <i>С 300 г</i>	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	С
ЗАВТРАК						
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	180/3	4,81	7,85	29,38	207,32	
Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	5,99	58,83	1,43
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77	0,04
Итого:	409	12,08	16,87	50,86	394,91	1,47
2 - ой ЗАВТРАК						
Сок (или нектар) в ассортименте	180	0,90		18,18	76,00	3,60
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,00	3,60
ОБЕД						
Салат из картофеля с солеными огурцами	60	0,73	4,71	5,38	66,84	3,62
Борщ со свежей капустой, картофелем, со сметаной	180/7	1,50	4,77	8,11	87,64	7,66
Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе	50/25	6,23	6,46	7,36	112,50	0,38
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130/3	4,93	2,75	27,70	155,22	0,00
Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	13,20	55,26	0,81
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82	89,10	
Итого:	705	18,39	19,57	91,87	625,31	12,47
ПОЛДНИК						
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	180	5,22	4,50	7,56	91,80	0,54
Булочка дорожная	50	3,39	4,90	30,10	165,50	
Итого:	230	8,41	9,40	37,66	257,30	0,54
УЖИН						
Запеканка творожная с повидлом	120/30	13,34	14,53	49,10	418,50	2,14
Чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83
Итого:	343	13,47	14,56	55,33	444,98	4,97
ВСЕГО:	1867	53,25	60,39	253,90	1798,51	23,05