

Утверждаю

Заведующий МБДОУ "ДС "Рябинка" поселка ж/д станции "Калейкино"

Хайрулина Д.Р.

Согласно

контракта

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции с 1 до 3	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3	4,70	4,80	23,25	171,47	0,67
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	5,99	42,67	1,17
Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом	25/5/10	1,98	4,38	14,82	106,70	0,16
Итого:	369	9,53	11,59	44,06	320,84	2,00
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 моркови с яблоками	40	0,42	0,07	3,41	15,96	
Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне	150	1,18	1,63	7,27	51,45	4,95
Птица, тушеная в соусе с овощами	150	13,34	10,37	12,90	198,00	8,71
Напиток из изюма и яблок	150	0,15	0,08	14,87	51,09	0,00
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,86	69,30	
Итого:	525	17,40	12,56	52,30	385,80	13,66
ПОЛДНИК						
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык)	150	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45
Кондитерское изделие печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,20	
Итого:	170	5,63	7,11	20,00	166,20	0,45
УЖИН						
Омлет натуральный с сыром	130	8,10	12,11	30,90	253,70	0,28
Чай с сахаром	150/5	0,05	0,02	5,02	20,08	0,02
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00
Итого:	310	10,05	12,33	48,22	332,53	0,30
ВСЕГО:	1499	43,24	43,59	177,20	1258,15	18,91

Утверждаю
Заведующий МБДОУ "Д/с "Рябинка" поселка ж/д станции Калейкино"
Хайрулина Д.Р.

согласно контракта

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин
		белки	жиры	угл-ды	ценность	С
ЗАВТРАК						
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3	6,04	5,54	30,04	214,80	0,86
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	5,99	42,67	1,17
Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом	30/5/10	2,35	4,52	17,39	119,80	0,16
Итого:	414	11,24	12,47	53,42	377,27	2,19
2 - ой ЗАВТРАК						
Сок	180	0,90		18,18	76,00	3,60
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,00	3,60
ОБЕД						
Салат из моркови с яблоками	60	0,65	0,11	5,17	24,24	
Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне	180	1,42	1,95	8,72	61,74	5,94
Птица, тушеная в соусе с овощами	200	17,79	13,83	17,20	264,00	11,61
Компот из изюма и яблок	180	0,35	0,12	26,20	108,00	1,44
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:	690	25,08	16,75	87,41	605,83	18,99
ПОЛДНИК						
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, каатык)	180	5,22	4,50	7,56	91,80	1,44
Кондитерские изделия (печенье)	20	1,28	3,36	13,70	90,20	
Итого:	200	6,50	7,86	21,26	182,00	1,44
УЖИН						
Омлет натуральный с сыром	150	10,93	15,43	41,90	347,50	0,33
Чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,02	24,10	0,03
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00
Итого:	366	13,27	15,69	62,68	442,10	0,36
ВСЕГО:	1850	56,99	52,77	242,95	1683,21	26,58