

Утверждаю
Заведующий МБДОУ "Д/с "Сказка" с.Новотроицкое"

Е.А. Сушкова

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3				7,73	5,60	39,81	241,16	0,86	ТТК № 9Д
Чай с сахаром, с яблоком	180/6/10				0,11	0,06	6,99	28,70	1,03	№412 Дели 2016
Бутерброд с маслом сливочным	30/5				2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010
Итого:	414				10,13	10,16	62,29	381,54	1,89	
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										
Салат из зеленого горошка к/с	50				1,49	2,59	3,13	41,80		№10 Сб дошколь. 2016
Суп картофельный с куриными фрикадельками	180/10				3,11	3,30	12,94	102,28	8,85	№83 сб дошк 2016
Голубцы ленивые со сметанно-томатным соусом	120/30				10,16	10,45	21,01	201,98	0,65	№314 сб дошк 2016
Компот из свежих фруктов	180				0,20	0,11	8,93	39,47	7,40	ТТК
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00		2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной	40	40,00	40,00		2,64	0,48	15,86	79,28	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:	640				19,89	17,17	76,64	535,38	16,90	
ПОЛДНИК										
Королевская ватрушка	150				18,44	10,96	58,36	404,00		ТТК
Напиток из шиповника	180/6				0,61	0,25	6,68	31,38	43,92	№399 сб дошк 2016
Фрукты свежие	100	100,00	100,00		0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	табл 9 стр 184, Дели +, 2012
Итого:	436				19,95	11,41	73,14	478,38	103,92	
ВСЕГО:	1 670				50,87	38,74	230,25	1471,62	126,31	