

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

Е.А. Сушкова

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша манная молочная с маслом сливочным		180/3			5,45	5,30	29,08	186,30	1,05	ТТК №4Д дошк 2016 №3 сб дошк
Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	
Итого:		409			12,09	13,53	55,05	390,83	2,50	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток ацидофильный, ряженка)		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ
Итого:		180		185,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
ОБЕД										
Салат из припущенной моркови с курагой		60			0,88	0,06	8,6	38,52	2,74	43, сб дошк 20 №83 сб дошк ТТК №753 от дошк 2016 ТТК табл 6 стр 144. Лени +
Суп картофельный с куриными фрикадельками		180/10			3,11	3,30	12,94	102,28	8,85	
Птица тушеная с овощами по- татарски		40/30			10,06	10,89	3,96	154,36	2,20	
Макаронные изделия отварные, с маслом сливочным		130/3			4,81	6,09	22,96	165,79	0,00	
Кисель		180			0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00	
Итого:		668			21,70	20,85	78,51	605,56	14,78	
ПОЛДНИК										
Запеканка творожная с молоком сгущенным		130/20			24,20	20,06	52,18	408,20	0,54	№251, сб дошк 2016 табл 6 стр 126. Лени +
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	43,92	
Кондитерское изделие печенье		40	40,00	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80		
Итого:		376			27,81	24,23	69,22	606,38	44,46	
ВСЕГО:		1633			66,82	63,11	210,35	1694,77	62,19	