

Утверждено
Заведующий МБДОУ "ДС "Сказка" с. Новотроицкое"
Е.А. Сушкова

День 3 - ив

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - но (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/3			5,45	5,29	29,06	186,30	1,05	ТТК №12
Крупа манная		22,50	22,50						
Молоко		158,00	158,00						
Сахар		2,50	2,50						
соль иодированная		0,50	0,50						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Чай с молоком, сахаром	180/6			2,67	2,27	10,34	72,70	1,20	№413 сб дошк 2016
чай весовой		0,45	0,45						
Сахар		6	6						
Молоко		92	90						
Вода		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,60		№1 сб дошк Дельта2016
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	404			10,41	12,06	54,89	370,60	2,25	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки)	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД									
Салат из квашеной капусты	50			0,85	2,50	4,23	42,85		акт проработки №10 от 15.06.2016
капуста квашеная		57,20	40,00						
лук репчатый		6,00	5,00						
сахарный песок		2,50	2,50						
масло растительное		2,50	2,50						
Суп картофельный с горохом на бульоне из индейки	180			3,95	3,79	11,91	106,74	4,19	№87, сб дошк2016
Горох		14,58	14,4						
Картофель		47,88	36						
Морковь		11,52	9,00						
Лук репчатый		8,64	7,20						
Масло растительное		3,6	3,6						
соль иодированная		0,7	0,7						
Бульон		126	126						
Плов из отварной индейки	200			9,22	7,94	45,75	290,64	5,44	№265 сбшк 2017
индейки филе б/к		44,80	44,8						
масса отварного филе индейки			32,0						
масло сливочное		8,0	8,0						
Лук репчатый		11,9	10,00						
Морковь		16,3	13,00						
Крупа рисовая		55,0	55,0						
вода		86,0	86,0						
соль иодированная		0,8	0,8						
масса гарнира			168,0						
Компот из урюка	180			0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№294 сб дошк 2016
урюк		18,40	18,00						
масса отварных сухофруктов			28,8						
Сахар		6,00	6,00						
вода		183,00	183,00						
Хлеб пшеничный	20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47	0	табл 6 стр 134, Дельта + 2012
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дельта + 2012
Итого:	675			18,91	14,95	106,15	644,53	12,07	
ПОЛДНИК									
Фрикадельки рыбные отварные	80			13,41	2,82	1,14	88,00	1,33	№279 сб дошк 2016
рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный		81,60	60,00						
хлеб пшеничный		63,00	60,00						
хлеб пшеничный		12,00	12,00						
яйцо		9,60	8,00						
масло сливочное		3,00	3,00						
соль иодированная		0,12	0,12						
вода питьевая		12,00	12,00						
Картофель запеченный	140			3,80	8,25	29,53	212,80		№147 сб шк 2017
Картофель		270,00	203,00						
соль иодированная		0,35	0,35						
масло растительное		5,00	5,00						
Напиток из шиповника	180/6			0,61	0,25	18,68	79,38	90,00	№309 сб дошк 2016
вода питьевая		180	180						
сахарный песок		6	6						
шиповник		18,40	18,00						
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дельта + 2012
Итого:	436			20,10	11,57	64,11	450,68	91,33	
ВСЕГО:	1615			49,83	38,98	234,95	1512,81	115,65	