

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

Е.А. Сушкова

День 5-ый

| Наименование блюд и продуктов | Ингредиенты | Масса порции | Кол - во | Кол - во (в | Пищевые вещества | | | Энергетиче | Витамин | Сборник рецептур |
|--|-------------|--------------|----------|-------------|------------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------------------|
| | | | (в г) | г) | белки | жиры | угл-ды | ская ценность | С | |
| | | | брутто | нетто | | | | Ккал | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным | | 180/3 | | | 5,34 | 8,40 | 29,46 | 215,85 | 0,86 | ТТК №7Д |
| Чай без сахара, с мармеладом | | 180/20 | | | 0,09 | 0,02 | 23,84 | 96,30 | 0,03 | ТТК |
| Бутерброд с сырой, маслом сливочным | | 30/5/5 | | | 3,61 | 5,83 | 15,49 | 128,77 | 0,07 | 2016 |
| Итого: | | 423 | | | 9,04 | 14,25 | 68,79 | 440,92 | 0,96 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Кисломолочный напиток | | 180 | | | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 92,00 | 0,45 | дошк 2016 |
| Итого: | | 180 | | | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 92,00 | 0,45 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Салат из зеленого горошка к/с | | 50 | | | 1,49 | 2,59 | 3,13 | 41,80 | | №10 Сб дошколь. |
| Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками | | 180/10 | | | 5,95 | 4,97 | 11,98 | 126,35 | 4,24 | №8 /, 128 со дошк 2016 |
| Тефтели мясные | | 70 | | | 8,10 | 7,29 | 7,87 | 129,44 | 0,06 | Сб дошколь |
| Рагу из овощей | | 150 | | | 2,53 | 15,70 | 12,29 | 202,86 | 17,87 | 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 | 14,76 | 70,50 | 0,00 | табл 6 стр |
| Хлеб ржаной | | 35 | 35,00 | 35,00 | 2,31 | 0,42 | 13,87 | 69,37 | 0,00 | 134 Дели + 144, Дели +, |
| Итого: | | 675 | | | 22,86 | 31,32 | 72,83 | 679,79 | 29,57 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Элеш с птицей | | 100 | | | 10,90 | 14,00 | 22,30 | 245,00 | | Согласно №412 Дели |
| Чай с сахаром и лимоном | | 180/6/7 | | | 0,13 | 0,03 | 6,23 | 26,48 | 2,83 | 2016 |
| Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин) | | 100 | 100,00 | 100,00 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 | 60,00 | 184, Дели +, |
| Итого: | | 393 | | | 11,93 | 14,23 | 36,63 | 314,48 | 62,83 | |
| ВСЕГО: | | 1671 | | | 49,05 | 64,30 | 185,80 | 1527,19 | 93,81 | |