



Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ "Д\с "Сказка" с.Новотроицкое"  
 Е.А. Сушкова  
 День 9-ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г) брутто	Кол - во (в г) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
					белки	жиры	угл-ды	Ккал.	С	
<b>ЗАВТРАК</b>										
Каша рисовая молочная с маслом сливочным		180/3			5,35	5,41	38,57	225,00	0,86	ТТК № 12Д 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	0,04	
<b>Итого:</b>		<b>409</b>			<b>11,99</b>	<b>13,63</b>	<b>64,54</b>	<b>429,53</b>	<b>2,28</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
кисломолочный напиток		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ
<b>Итого:</b>		<b>180</b>			<b>5,22</b>	<b>4,50</b>	<b>7,56</b>	<b>92,00</b>	<b>0,54</b>	
<b>ОБЕД</b>										
Салат из припущенной моркови с яблоками		60			0,65	0,11	5,18	24,24	3,75	39, сб дошк 20 №94 со дошк 2016 №1 проработки №147 со шк 2017 ТТК табл 6 стр 144. Педи +
Суп-лапша домашняя на курином бульоне		180			1,85	3,99	8,37	83,34	0,36	
Биточки "Домашние"		70			10,38	8,10	14,95	154,75	0,07	
Картофель запеченный		140			3,8	8,25	29,53	212,8	20,3	
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	
<b>Итого:</b>		<b>665</b>			<b>19,53</b>	<b>20,96</b>	<b>88,08</b>	<b>619,74</b>	<b>25,47</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Омлет натуральный		150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№2229, со табл 6 стр 2016 124 Пр... + 2010 №386 СБ дошк. 2016
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
<b>Итого:</b>		<b>473</b>			<b>16,75</b>	<b>25,50</b>	<b>33,44</b>	<b>433,71</b>	<b>13,11</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1727</b>			<b>53,50</b>	<b>64,60</b>	<b>193,62</b>	<b>1574,98</b>	<b>41,40</b>	