

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

Лист 7-ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК							
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3	6,54	6,15	35,21	223,41	0,86	ГТК №10Д
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№414 Дели 2016
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/10/5	4,93	7,16	15,49	146,10		№3 сб дошк 2016
Итого:	414	14,32	15,72	56,69	412,18	2,03	
2-ОЙ ЗАВТРАК							
Фрукты свежие (яблоки)	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							
ОГУРЦЫ порционно	50	0,35	0,05	0,95	6,00	2,45	№71, сб дошк 2017
Суп картофельный с клецками на	180	3,05	3,76	15,70	120,08	4,14	№91.128 сб дошк
Гуляш из отварной индейки	40/40	13,55	8,08	2,72	136,31	2,19	293 сб дошк 2016
Гороховое пюре	130	8,66	3,79	26,20	172,40		№200 шк 2017
Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	13,20	55,26	0,81	342 сб шк 2017
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр
Итого:	703	30,62	16,56	88,89	637,90	9,59	
ПОЛДНИК							
Рыба, тушеная с овощами	40/20	5,85	2,97	2,28	63,00		2017
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	130/2	3,14	5,46	32,56	192,01		№304 сб шк 2017
Напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	18,68	79,38	90	№399 сб дошк 2016
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр
Итого:	378	9,60	8,68	53,52	334,39	90,00	
ВСЕГО:	1595	54,94	41,36	208,90	1431,47	111,62	