

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | N рецептуры |
|-----------------------------|-----------------------|---------------|------------------|-------------------|--------------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 1 | | | | | | | |
| День 2, 06.02.2024г. | | | | | | | |
| завтрак | Каша гречневая | 180/ 200 | 6,02/ 6,98 | 9,26/ 10,42 | 23/ 25 | 200,68/ 222,38 | 182 |
| | Бутерброд с маслом | 30/40 | 1,89/2,45 | 5,69/7,55 | 11,46/14,42 | 121/ 136 | 1 |
| | Чай с сахаром | 180/200 | 0,04/ 0,04 | 0,01/ 0,01 | 0,009/ 0,01 | 39,94/ 39,94 | 10 |
| итого за завтрак | | 390/ 440 | 7,48/ 9,82 | 13,581/ 18,052 | 30,282/ 39,7 | 290,32/ 361,2 | |
| 2-ой завтрак | Сок | 100 | | | 11,5 | 46 | 414 |
| обед | Суп «Крестьянский» | 180/ 180 | 1,8/1,8 | 2,38/2,38 | 9,88/ 9,88 | 79,87/ 79,87 | 204 |
| | Плов рисовый | 180/200 | 14,17/ 19,33 | 11,66/ 16,34 | 25,08/ 33,12 | 264/359 | 321 |
| | Компот из сухофруктов | 180/200 | 180/200 | 0,52/ 0,68 | | 15,59/ 20,57 | |
| | Хлеб | 30/40 | 1,98/ 3,75 | 0,36/ 2,47 | 0,36/ 0,45 | 54,3/ 0,45 | 1 |
| итого за обед | | 570/620 | 18,57/ 19,494 | 2,33/ 2,34 | 11,31/ 14,32 | 569,36/ 571,1 | |
| | | 40/40 | 2,67/ 2,67 | 1,1/1,1 | 26/26 | 135/135 | |
| | | 180/200 | 5,48/ 6,38 | 4,88/ 5,68 | 9,07/ 5,68 | 77/89,6 | 419 |
| итого за полдник | | 220/240 | 10,18/ 11,08 | 5,98/ 6,78 | 35,07/ 31,68 | 237/254 | |
| ужин | Котлета картофельная | 150/ 180 | 5,68/ 7,67 | 4,36/ 4,36 | 27/ 36,12 | 171/ 217 | 150 |
| | Чай п/сладкий | 180/200 | | | 6,0/8,0 | 20,7/29,92 | 264 |
| | Хлеб | 20/30 | 1,05/ 1,79 | 0,19/ 0,29 | 9,18/ 10,96 | 49,39/ 52,96 | 10 |
| | Яблоко | 100 | 0,26/0,26 | 0,17/0,17 | 13,81/ 13,81 | 52/52 | |
| итого за ужин | | 350/410 | 6,04/ 8,41 | 6,95/ 9,3 | 36,189/ 37,09 | 229,61/ 279,90 | 10 |
| Итого за день | | 1730/ 1910 | 42,27/ 48,84 | 46,86/ 58,32 | 183,137/ 199,77 | 1372,29/ 1512,2 | |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Сертификат 487335726471474211034024297916462361476713766791
Владелец Романовская Марина Сергеевна
Действителен с 18.08.2023 по 17.08.2024

Заведующий ДОУ

Романовская М.С.

