

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 2, 13.02.2024г.							
завтрак	Каша геркулесовая	150/200	4,39/5,96	7,46/9,95	20,11/26,8	166/221,38	34
	Бутерброд с маслом	34/45	6,85/7,17	12,1/13,86	10,36/11,79	121/136	1
	Чай с конфетой	180/25/200/25	0,360/0,400	0,091/0,102	0,072/0,080	2,520/2,800	410
итого за завтрак		389/470	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 гороховый	180/250	1,36/1,70	3,85/4,82	5,35/6,69	61,60/77,00	73
	Котлета мясная	60/70	9,78/9,78	11,66/11,66	16,41/16,41	210,00/210,00	284
	Макаронные изделия отварные	100/130	5,68/7,57	4,36/4,63	27,25/36,31	17,1/21,7	220
	Кисель	180/200	0,52/0,68		15,59/20,57	60,86/80,24	
		30/40	0,35/0,464	1,26/1,681	2,41/3,207	22,35/29,80	366
		30/40	1,98/3,75	0,36/2,47	0,36/0,45	54,3/0,45	1
	Салат свекольный	30/40					
итого за обед		610/700	18,57/19,494	2,33/2,34	11,31/14,32	569,36/571,1	
полдник	Печенье	50/50	2,67/2,67	1,1/1,1	26/26	135/135	456
	Молоко	180/200	5,48/6,38	4,88/5,68	9,07/5,68	77/89,6	264
итого за полдник		230/250	10,18/11,08	5,98/6,78	35,07/31,68	237/254	
ужин	Каша пшеничная	150/180	5,68/7,67	4,36/4,36	27/36,12	171/217	220
	Чай с лимоном	180/200	2,23/3,14	4,04/5,06	10,16/11,12	86,67/90,12	77
	Хлеб	20/30	1,70/1,70	0,26/0,17	0,18/0,17	49,39/52,96	10
	Яблоко	100	0,26/0,26	0,17/0,17	0,17/0,17	52/52	
итого за ужин		450/510	6,04/8,41	6,55/6,09	36,18/36,09	229,61/279,90	10
Итого за день.		1779/2030	42,27/48,84	46,86/58,32	183,13/199,77	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

МБДОУ
ДЕТСКИЙ САД
№ 10

Романовская М.С.

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

Улан-Удэ

Романовская М.С.