

| Прием пищи                  | Наименование блюда | Вес блюда        | Пищевые вещества |                   |                     | Энергетическая ценность | N рецептуры |
|-----------------------------|--------------------|------------------|------------------|-------------------|---------------------|-------------------------|-------------|
|                             |                    |                  | Белки            | Жиры              | Углеводы            |                         |             |
| <b>Неделя 4</b>             |                    |                  |                  |                   |                     |                         |             |
| <b>День 3, 28.02.2024г.</b> |                    |                  |                  |                   |                     |                         |             |
| завтрак                     | Каша «Белоснежка»  | 150/200          | 4,39/<br>5,96    | 7,46/<br>9,95     | 20,11/<br>26,8      | 166/<br>221,38          | 34          |
|                             | Хлеб с маслом      | 34/45            | 1,89/<br>2,45    | 5,69/<br>7,55     | 11,46/<br>14,62     | 121/<br>136             | 1           |
|                             | Чай сладкий        | 180/200          | 0,360/<br>0,400  | 0,091/<br>0,102   | 0,072/<br>0,080     | 2,520/<br>2,800         | 410         |
| итого за завтрак            |                    | 364/<br>445      | 7,48/<br>9,82    | 13,581/<br>18,052 | 30,282/<br>39,7     | 290,32/<br>361,2        |             |
| 2-ой завтрак                | Кефир              | 100              |                  |                   | 11,5                | 46                      | 414         |
| обед                        | Суп «Свекольник»   | 200/<br>250      | 1,36/<br>1,70    | 3,85/<br>4,82     | 5,35/<br>6,69       | 61,60/<br>77,00         | 73          |
|                             | Плов рисовый       | 180/200          | 14,17/<br>19,33  | 11,66/<br>16,34   | 25,08/<br>33,12     | 264/359                 | 321         |
|                             | Торт из фруктов    | 180/200          | 180/200          | 0,52/<br>0,68     |                     | 15,59/<br>20,57         |             |
|                             |                    | 30/40            | 1,98/<br>3,75    | 0,36/<br>2,47     | 0,36/<br>0,45       | 54,3/<br>0,45           | 1           |
| итого за обед               |                    | 590/690          | 18,57/<br>19,494 | 2,33/<br>2,34     | 11,31/<br>14,32     | 569,36/<br>571,1        |             |
| полдник                     | Пирог              | 50/50            | 2,67/<br>2,67    | 1,1/1,1           | 26/26               | 135/135                 | 452         |
|                             | Чай с молоком      | 180/200          | 5,48/<br>6,38    | 4,88/<br>5,68     | 9,07/<br>5,68       | 77/89,6                 | 413         |
| итого за полдник            |                    | 230/250          | 10,18/<br>11,08  | 5,98/<br>6,78     | 35,07/<br>31,68     | 237/254                 |             |
| ужин                        | Макароны с сыром   | 120/8/<br>130/10 | 5,68/<br>7,67    | 4,36/<br>4,36     | 27/<br>36,12        | 171/<br>217             | 220         |
|                             | Чай п/сладкий      | 180/200          | 0,04/<br>0,04    | 0,01/<br>0,01     | 0,009/<br>0,01      | 39,94/<br>39,94         | 10          |
|                             | Хлеб               | 20/30            | 1,05/<br>1,79    | 0,19/<br>0,29     | 9,18/<br>10,96      | 49,39/<br>52,96         | 10          |
|                             | Яблоко             | 100              | 0,4/0,4          | 9,8/9,8           | 47/47               |                         |             |
| итого за ужин               |                    | 428/470          | 6,04/<br>8,41    | 6,95/<br>9,3      | 36,189/<br>37,09    | 229,61/<br>279,90       | 10          |
| Итого за день:              |                    | 1712/<br>1955    | 42,27/<br>48,84  | 46,86/<br>58,32   | 183,137/<br>/199,77 | 1372,29/<br>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.