

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 4							
День 5, 01.03.2024г.							
завтрак	Каша пшённая	180/200	4,39/5,96	7,46/9,95	20,11/26,8	166/221,38	34
	Хлеб с маслом	34/45	1,89/2,45	5,69/7,55	11,46/14,62	121/136	1
	Чай с молоком	180/200	5,48/6,38	4,88/5,68	9,07/5,68	77/89,6	413
итого за завтрак		394/445	7,48/9,82	13,581/18,052	30,282/39,7	290,32/361,2	
2-ой завтрак	Сок	100/100	4,6/4,6	4,6/4,6	27/27	105/105	414
обед	Суп с клёцками	200/250	1,36/1,70	3,85/4,82	5,35/6,69	61,60/77,00	73
	Тушёная капуста с морковью	180/200	2,216/2,410	3,87/9,2	4,2/8,6	9,35/78/24	143
	Пюре из картофеля с морковью	180/200	0,52/0,68			15,59/20,57	60,86/80,24
	Сок	30/40	1,98/3,75	0,36/2,47	0,36/0,45	54,3/0,45	1
итого за обед		590/690	18,57/19,494	2,33/2,34	11,31/14,32	186,11/271,1	
полдник	Сухарь	40/40	2,67/2,67	1,1/1,1	26/26	135/135	452
	Чай п/сладкий	180/200			6,0/8,0	20,7/29,92	264
итого за полдник		220/240	10,18/11,08	5,98/6,78	35,07/31,68	237/254	
ужин	Кулеш ячневый	150/200	4,05/5,39	5,69/6,38	25,25/32,01	168/207	182
	Чай	180/200	0,04/0,04	0,01/0,01	0,009/0,01	39,94/39,94	10
	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		450/530	6,04/8,41	6,95/9,3	36,189/47,99	229,61/279,90	10
Итого за день:		1754/2005	42,27/48,84	46,86/58,33	183,13/199,77	1217,29/1512,4	

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

