

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 3							
День 3, 20.03.2024г.							
завтрак	Каша «Дружба»	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 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		415/465	7,48/ 9,82	13,581/ 18,052	30,282/ 39,7	290,32/ 361,2	
2-ой завтрак	Кефир	100			11,5	46	414
обед	Суп «Рассольник»	200/250	1,8/1,8	2,38/2,38	9,88/ 9,88	79,87/ 79,87	204
	Картофельное пюре	120/130	2,88/ 3,12	3,22/ 3,489	29,976/ 32,474	160,25/ 173,61	179
	Ёжики из сердца	60/70	9,78/ 9,78	11,66/ 11,66	16,41/ 16,41	210,00/ 210,00	46
	Салат свекольный	50/60	0,85/1	2,5/3	4,6/5,5	45/54	
	Соус томатный	30/40	0,35/ 0,464	1,26/ 1,681	2,41/ 3,207	22,35/ 29,80	366
итого за обед		670/790	18,57/ 19,494	2,33/ 2,34	11,31/ 14,32	569,36/ 571,1	
полдник	Ватрушка с повидлом	50/50	2,67/ 2,67	1,1/1,1	26/26	135/135	452
	Чай	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	Суп молочный вермишелевый	150/200	5,68/ 7,67	4,36/ 4,36	27/ 36,12	171/ 217	100
	Чай с молоком	180/200	5,48/ 6,38	4,88/ 5,68	9,07/ 5,68	77/89,6	413
	Хлеб	20/30	1,05/ 1,79	0,99/ 0,2	9,18/ 10,7	49,39/ 52,96	10
	Яблоко	100	0,81	0,31		53	
итого за ужин		450/530	6,04/ 8,41	6,93/ 9,3	36,18/ 37,09	229,61/ 279,90	10
Итого за день:		1865/ 2135	42,27/ 48,84	46,86/ 58,32	183,18/ 199,37	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.

