

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 4							
День 3, 27.03.2024г.							
завтрак	Каша «Белоснежка»	150/200	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 сладкий	180/200	0,360/ 0,400	0,091/ 0,102	0,072/ 0,080	2,520/ 2,800	410
итого за завтрак		364/ 445	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 «Свекольник»	200/ 250	1,36/ 1,70	3,85/ 4,82	5,35/ 6,69	61,60/ 77,00	73
	Плов рисовый	180/200	14,17/ 19,33	11,66/ 16,34	25,08/ 33,12	264/359	321
	Компот из чернослива	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
		590/690	18,57/ 19,494	2,33/ 2,34	11,31/ 14,32	569,36/ 571,1	
полдник	Пирог	50/50	2,67/ 2,67	1,1/1,1	26/26	135/135	452
	Чай с молоком	180/200	5,48/ 6,38	4,88/ 5,68	9,07/ 5,68	77/89,6	413
итого за полдник		230/250	10,18/ 11,08	5,98/ 6,78	35,07/ 31,68	237/254	
ужин	Макароны с сыром	120/8/ 130/10	5,68/ 7,67	4,36/ 4,36	27/ 36,12	171/ 217	220
	Чай п/сладкий	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
	Мандарин	100	0,4/0,4	9,8/9,8	47/47		
итого за ужин		428/470	6,04/ 8,41	6,95/ 9,3	36,189/ 37,09	229,61/ 279,90	10
Итого за день:		1712/ 1955	42,27/ 48,84	46,86/ 58,25	183,33/ 199,77	1372,29/ 1512,1	

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

