

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1</b>							
<b>День 3, 03.04.2024г.</b>							
завтрак	Каша пшённая	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 молоком	180/200	0,04/0,04	0,01/0,01	0,009/0,01	39,94/39,94	10
	мармелад	25/25			19/25	76/76	
итого за завтрак		415/465	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 «Рассольник»	200/250	1,8/1,8	2,38/2,38	9,88/9,88	79,87/79,87	204
	Гречка отварная	100/130	5,68/7,57	4,36/4,63	27,25/36,31	17,1/21,7	220
	Котлета мясная	60/70	9,78/9,78	11,66/11,66	16,41/16,41	210,00/210,00	284
	Соус томатный	30/40	0,35/0,464	1,26/1,681	2,41/3,207	22,35/29,80	366
	из овощей	180/200	0,52/0,68		15,59/20,57	60,86/80,24	
		30/40	1,98/3,75	0,36/2,47	0,36/0,45	54,3/0,45	1
	Нарезка из свежего помидора		0,9	4,95	3,78		14
итого за обед		590/690	18,57/19,494	2,33/2,34	11,31/14,32	569,36/571,1	
полдник	Сухарь	40/50	6,8/8,03	5,35/6,69	11,17/17,39	118/148	448
	Чай п/сладкий	180/200	5,48/6,38	4,88/5,68	9,07/5,68	77/89,6	264
итого за полдник		220/250	10,18/11,08	5,98/6,78	35,07/31,68	237/254	
ужин	Сырники творожные	100	12,24	4,36	27	171	17
	Чай	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	0,19/0,29	9,18/10,96	49,39/52,96	10
	Соус молочный	15/30	0,29/0,58	0,68/1,36	1,99/3,98	15/23/30,45	369
	Яблоко	100	0,4/0,4	0,3/0,3	10,3/10,3	37/47	
итого за ужин		390/460	6,04/8,41	6,95/9,92	36,189/37,09	229,61/279,90	10
Итого за день:		1715/1965	42,27/48,84	46,86/53,32	183,137/199,77	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

Заведующий ДОУ

Романовская М.С.

