

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 4							
День 4, 20.06.2024г.							
завтрак	Каша ячневая	180/200	4,39/5,96	7,46/9,95	20,11/26,8	166/221,38	34
	Хлеб с маслом, сыром	34/45	1,89/2,45	5,69/7,55	11,46/14,62	121/136	1
	Кофе	180/200	0,360/0,400	0,091/0,102	0,072/0,080	2,520/2,800	410
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			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	88
	Пюре картофельное	130/150	5,68/7,57	4,36/4,63	27,25/36,31	17,1/21,7	179
	Рыба в кляре	60/80	9,78/9,78	11,66/11,66	16,41/16,41	210,00/210,00	284
	Салат из огурца	30	0,2	1	5	22	
	Пот из раги	180/200	0,52/0,68		15,59/20,57	60,86/80,24	
	Хлеб	30/40	1,98/3,75	0,36/2,47	0,36/0,45	54,3/0,45	1
итого за обед		590/700	18,57/19,494	2,33/2,34	11,31/14,32	569,36/571,1	
полдник	Сухарь	40/40	2,67/2,67	1,1/1,1	26/26	135/135	452
	Молоко	180/200	5,48/6,38	4,88/5,68	9,07/5,68	77/89,6	413
итого за полдник		220/240	10,18/11,08	5,98/6,78	35,07/31,68	237/254	
ужин	Запеканка творожная	120/150	5,68/7,67	4,36/4,36	27/36,12	171/217	6.6
	Соус молочный	15/30	0,29/0,58	0,68/1,36	1,99/3,98	15/23/30,45	369
	Чай	180/200	0,04/0,04	0,01/0,01	0,009/0,01	39,94/39,94	10
итого за ужин		335/410	6,04/6,04	6,95/6,95	36,189/37,09	229,61/279,90	10
Итого за день		1699/1775	48,84	58,53	183,137/199,77	1372,29/1512,2	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭЛ

Сертификат 487335726471474211034024297916462361476713766791
Владелец Романовская Марина Сергеевна
Действителен с 18.08.2023 по 17.08.2024

Заведующий ДОУ



Романовская М.С.