

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 3</b>							
<b>День 5, 09.08.2024г.</b>							
завтрак	Каша пшеничная	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	1/1,2	1,08/1,3	10,83/13	75/90	416
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 «Домашний»	180/180	1,8/1,8	2,38/2,38	9,88/9,88	79,87/79,87	204
	Клопс «Рижский» с мясом	180/200	2,216/2,410	3,87/9,2	4,2/8,6	9,35/78/24	143
	Напиток лимонный	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		580/660	18,57/19,494	2,33/2,34	11,31/14,32	186,11/271,1	
полдник	Печенье	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	264
итого за полдник		220/240	10,18/11,08	5,98/6,78	35,07/31,68	237/254	
ужин	Кулеш яичный	150/200	4,05/5,39	5,69/6,38	25,25/32,01	168/207	182
	Чай	180/200			6,0/8,0	20,7/29,92	264
	Хлеб	20/30	1,05/1,79	0,19/0,29	9,18/10,96	49,39/52,96	10
	Яблоко	100	0,26/0,260	0,17/0,17	13,81/13,81	52/52	
итого за ужин		450/530	6,04/8,41	6,95/9,3	36,189/37,09	229,61/279,90	10
Итого за день:		1744/1955	42,27/46,86	38,7/46,86	183,137/199,77	1372,29/1512,2	

Заведующий ДОУ



Романовская М.С.