

№ Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность		№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2</b>							
<b>День 5, 13.09.2024 г.</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	30/4/	6,85/7,17	12,1/13,86	10,36/11,79	121/136	1
	Чай с молоком	180/200			6,0/8,0	20,7/29,92	264
итого за завтрак		398/420	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 с клецками	200/250	1,8/1,8	2,38/2,38	9,88/9,88	79,87/79,87	88
	Капуста тушеная с мясом	180/200	2,216/2,410	3,87/9,2	4,2/8,6	9,35/78/24	143
	Компот из с/фруктов	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		620/740	18,57/19,494	2,33/2,34	11,31/14,32	569,36/571,1	
полдник	Печенье	50/50	4,7/4,7	1,1/1,1	26/26	135/135	452
	Чай п/сладкий	180/200	5,48/6,38	4,88/5,68	9,07/5,68	102/119	419
итого за полдник		230/250	10,18/11,08	5,98/6,78	35,07/31,68	237/254	
ужин	Кулеш яичный	150/200	5,68/7,67	4,36/4,36	27/36,12	171/217	47
	Чай	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
	Фрукт						
итого за ужин		390/420	6,04/8,41	6,95/9,3	36,189/37,09	229,61/279,90	10
Итого за день:		1738/1930	42,27/48,84	46,86/58,32	183,137/199,77	1372,29/1512,2	

Заведующий ДОУ



Романовская М.С.