Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 3 День 5, 20.09.2024г.							
завтрак	Каша пшеничная	150/200	5,27/6,24	8,51/10,03	11,66/13,98	12,76/17,92	
	Хлеб с сыром	30/10 40/10	4,73/6,68	6,88/8,45	14,56/19,39	139/177	3
	Какао	180/200	1/1,2	1,08/1,3	10,83/13	75/90	416
итого за завтрак		400/420	8/14,2	16,5/19,8	37,1/46,4	226,8/285	
2-ой завтрак	Сок	100/100			11,5/11,5	46/46	414
обед	Суп «Сборный»	200/250	1,68/1,68	1,932/1,932	12,676/12,676	71,64/71,64	48
	Азу по-татарски	150/200	7,74/17,53	10,38/13,3	19,66/26,46	239,2/342	637
	Компото из шиповника	180/200	0,61/0,71	0,25/0,39	18,67/27,76	79/97	417
	Хлеб	30/40	1,98/3,75	0,36/2,47	0,36/0,45	54,3/0,45	
итого за обед		560/690	12,1/23,7	13/33,8	51,4/67,4	444,2/511,1	
полдник	Печенье	40/40	2,8/2,8	6,4/6,4	26,4/26,4	176/176	
	Чай с молоком	180/200	2,65/2,67	2,33/2,34	11,31/14,31	77/89	413
итого за полдник		220/240	5,45/5,5	8,73/8,74	37,71/40,71	253/265	
ужин	Суп молочный рисовый	180/200	4,95/6,5	6,40/8,1	27/25,12	140/187	182
	Чай	180/200	0,36/0,4	0,091/0,102	0,072/0,08	2,52/2,8	410
	Хлеб	20/30	1,5/1,79	0,19/0,23	9,18/10,96	44,33/52,96	
итого за ужин		380/430	6,9/8,7	6,7/8,5	36,3/36,2	186,9/242,8	
Итого за день:		1660/1880	32,5/52,1	45/70,9	174,1/202,3	1156,9/1349,9	

Заведующий ДОУ Романовская М.С.

МБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 5 "ХРУСТАЛИК" комбинированного вида г. Улан-Удэ