Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 2, 10.12.2024 г.							
завтрак	Каша пшеничная	180/200	6,02/6,98	9,26/10,42	23/25	200,68/222,38	182
	Хлеб с маслом	30/40	1,89/2,45	5,69/7,55	11,46/14,42	121/136	1
	Чай с сахаром	180/200	0,04/0,04	0,01/0,01	0,009/0,01	39,94/39,94	10
итого за завтрак		390/440	7,48/9,82	13,581/18,052	30,282/39,7	290,32/361,2	
2-ой завтрак	Снежок						
обед	Суп «Гречневый»	180/180	1,8/1,8	2,38/2,38	9,88/9,88	79,87/79,87	204
	Капуста тушенная с мясом	150/280	5,68/7,57	4,36/4,63	27,25/36,31	17,1/21,7	
	Компот из с/фруктов	180/200	180/200	0,52/0,68		15,59/20,57	
	Хлеб	30/40	1,98/3,75	0,36/2,47	0,36/0,45	54,3/0,45	1
итого за обед		550/620	18,57/19,494	2,33/2,34	11,31/14,32	569,36/571,1	
полдник	Пряник	50/50	2,67/2,67	1,1/1,1	26/26	135/135	456
	Чай с молоком	180/200	2,23/3,14	4,04/5,06	10,16/11,12	86,67/90,12	77
итого за полдник		230/240	10,18/11,08	5,98/6,78	35,07/31,68	237/254	
ужин	Каша кукурузная	150/180	5,68/7,67	4,36/4,36	27/36,12	171/217	150
	Чай п/сладкий	180/200		4,36/4,36	6,0/8,0	20,7/29,92	264
	Хлеб	30/40	1,98/3,75	0,36/2,47	0,36/0,45	54,3/0,45	1
	Яблоко	100/100					
итого за ужин		330/420	5,68/7,67		33/44,2	191,7/247,0	
Итого за день:		1865/2055	42,27/48,84	46,86/58,32	183,137/199,77	1372,29/1512,2	

Заведующий ДОУ Романовская М.С.