

Прием пищи	Наименован ие блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет ическая ценность	N рецептура
			Белки	Жиры	Углев оды		
Неделя 1							
День 2, 04.02.2025 г.							
завтрак	Каша гречневая	180/ 200	6,02/ 6,98	9,26/ 10,42	23/ 25	200,68/ 222,38	182
	Батон с маслом	30/40	1,89/2,45	5,69/7,55	11,46/14,42	121/ 136	1
итого за завтрак	Чай с лимоном	180/200	0,04/ 0,04	0,01/ 0,01	0,009/ 0,01	39,94/ 39,94	10
		390/ 440	7,48/ 9,82	13,581/ 18,052	30,282/ 39,7	290,32/ 361,2	
2-ой завтрак	Фрукт						
* обед	Суп	180/ 180	1,8/1,8	2,38/2,38	9,88/ 9,88	79,87/ 79,87	204
	«Крестьянский» Плов рисовый с мясом	150/280	5,68/7,57	4,36/4,63	27,25/ 36,31	171,72/ 171,72	
	Компот из с/фруктов	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/ 569,36/ 571,1	1
		550/620	18,57/ 19,494	2,33/ 2,34	11,31/ 14,32		
итого за обед	Вафля	50/50	2,67/ 2,67	1,1/1,1	26/26	135/135	456
итого за полдник	Чай с молоком	180/200	2,23/3,14	4,04/5,06	10,16/ 11,12	86,67/90,12	77
		230/240	10,18/ 11,08	5,98/ 6,78	35,07/ 31,68	237/254	
итого за ужин	Картофель отварной с каб.пюрей	120/8 130/10	5,68/ 7,67	4,36/ 4,36	27/ 36,12	171/ 217	150
	Чай псладкий	180/200		4,36/ 4,36	6,08/0	20,7/29,92	264
итого за ужин	Хлеб	30/40	1,98/ 3,75	0,36/ 2,47	0,36/ 0,45	54,3/ 0,45	1
		330/420	5,68/ 7,67		33/44,2	191,7/ 247,0	
Итого за день:		1865/ 2055	42,27/ 48,81	46,86/ 58,23	183,137/ 199,77	1372,29/ 1512,2	

Заведующий ДОУ

Романовская М.С.

