

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1</b>							
<b>День 4, 06.02.2025 г.</b>							
завтрак	Каша кукурузная	150/200	3,30/4,40	4,5/6	16,8/22,4	118,5/158	45
	Батон с маслом	30/40	1,89/2,45	5,69/7,55	11,46/14,42	121/136	1
	Чай с конфетой	180/25 200/25	5,48/ 6,38	4,88/ 5,68	9,07/ 5,68	77/89,6	
итого за завтрак		385/465	7,48/ 9,82	13,581/ 18,052	30,282/ 39,7	290,32/ 361,2	
2-ой завтрак	Снежок	100			11,5	46	414
обед	Суп «Борщ»	200/250	1,36/ 1,70	3,85/ 4,82	5,35/ 6,69	61,60/ 77,00	53
	Запеканка картофельная с рыбой	150/280	5,68/7,57	4,36/4,63	27,25/ 36,31	17,1/21,7	
	Соус томатный	30/40	0,35/ 0,464	1,26/ 1,681	2,41/ 3,207	22,35/ 29,80	
	Напиток лимонный	180/200	2/2,5		22/28	89,04/ 113,02	233
	Хлеб	30/40	1,98/ 3,75	0,36/ 2,47	0,36/ 0,45	54,3/ 0,45	1
итого за обед		630/760	18,57/ 19,494	2,33/ 2,34	11,31/ 14,32	569,36/ 571,1	
полдник	Печенье	40/40	6,8,03	5,35/6,69	11,17/ 17,39	118/148	448
	Чай с молоком	180/200	5,48/ 6,38	4,88/ 5,68	9,07/ 5,68	77/89,6	413
итого за полдник		240/260	10,18/ 11,08	5,98/ 6,78	35,07/ 31,68	237/254	
ужин	Сырники творожные	110/140	5,68/ 7,67	4,36/ 4,36	27/ 36,12	171/ 217	230
	Сгущенное молоко	15/20	0,29/0,58	0,68/1,36	1,99/ 3,98	15/23/ 30,45	369
	Чай	180/200	5,48/ 6,38	4,88/ 5,68	9,07/ 5,68	77/89,6	413
	Хлеб	30/40	1,98/ 3,75	0,36/ 2,47	0,36/ 0,45	54,3/ 0,45	
итого за ужин		450/530	6,04/ 8,41	6,95/ 6,99	36,189/ 37,09	229,61/ 279,90	
Итого за день:		1720/ 2020	42,27/ 48,84	33,86/ 58,32	183,137/ 199,770	1372,29/ 1512,2	

Заведующий ДОУ



Романовская М.С.