

№ Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность		N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2</b>							
<b>День 5, 14.03.2025 г.</b>							
завтрак	Каша пшеничная	180/200	4,39/5,96	7,46/9,95	20,11/26,8	166/221,38	34
	Батон с сыром	30/4	6,85/7,17	12,1/13,86	10,36/11,79	121/136	1
	Чай п/сладкий	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	Сок	100			11,5	46	414
обед	Суп «Домашний»	200/250	1,8/1,8	2,38/2,38	9,88/9,88	79,87/79,87	88
	Оладьи из печени	60/70	9,78/9,78	11,66/11,66	16,41/16,41	210,00/210,00	
	Гречка отварная	100/130	5,68/7,57	4,36/4,63	27,25/36,31	17,1/21,7	220
	Компот из груш	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 с молоком	100/100					
итого за полдник		150/150	10,18/11,08	5,98/6,78	35,07/31,68	237/254	
ужин	Кулеш пшеничный	120/150	5,08/5,08	4,60/4,60	0,28/0,28	63	227
	Чай п/сладкий	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
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.