

День: 6 понедельник  
Неделя: вторая



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ №16 с.Тулома  
Кольского района Мурманской области  
Патцера Е.А.

Возрастная категория:

| № рец                              | Прием пищи, наименование блюда                                  | Масса порции | Пищевая вещества(г) |             |              | Эн.цен        |
|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------|---------------------|-------------|--------------|---------------|
|                                    |                                                                 |              | Б                   | Ж           | У            |               |
| 1                                  | 2                                                               | 3            | 4                   | 5           | 6            | 7             |
| <b>Завтрак</b>                     |                                                                 |              |                     |             |              |               |
| 141/П`18                           | Суп молочный с крупой ( рисовой)                                | 130          | 3,1                 | 3,3         | 10,7         | 84,5          |
| 2/13 Ек/ч.2                        | Хлеб с маслом и яйцом                                           | 55           | 4,9                 | 6,2         | 14,3         | 133,0         |
| 506/П`13                           | Чай с молоком (1-й вариант)                                     | 180          | 1,4                 | 1,2         | 14,3         | 72,9          |
| <b>Итого в Завтрак</b>             |                                                                 | <b>365</b>   | <b>9,4</b>          | <b>10,6</b> | <b>39,3</b>  | <b>290,4</b>  |
| <b>II Завтрак</b>                  |                                                                 |              |                     |             |              |               |
| 470/П`18<br>Ск 1.2.2.13            | Ряженка 2,5% жирности, с сахаром                                | 115          | 3,2                 | 2,8         | 7,6          | 71,4          |
| <b>Итого во II Завтрак</b>         |                                                                 |              | <b>3,2</b>          | <b>2,8</b>  | <b>7,6</b>   | <b>71,4</b>   |
| <b>Обед</b>                        |                                                                 |              |                     |             |              |               |
| 53/П`18                            | Икра свекольная                                                 | 40           | 0,9                 | 2,2         | 4,7          | 42,4          |
| 82/ДЛГ 16/488<br>П`13              | Рассольник "Ленинградский", со сметаной                         | 180          | 1,7                 | 5,0         | 11,6         | 98,3          |
| 339/П`18                           | Котлеты из говядины                                             | 50           | 6,5                 | 4,0         | 7,5          | 92,0          |
| 380/П`18                           | Капуста тушеная                                                 | 120          | 2,6                 | 4,1         | 9,7          | 86,4          |
| 114/П`13                           | Хлеб пшеничный                                                  | 20           | 1,5                 | 0,2         | 9,8          | 47,0          |
| 115/П`13                           | Хлеб ржаной                                                     | 20           | 1,3                 | 0,2         | 6,7          | 34,8          |
| 348/ДЛГ`17                         | Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)                        | 180          | 0,3                 | 0,1         | 26,9         | 110,0         |
| <b>Итого в Обед</b>                |                                                                 | <b>610</b>   | <b>14,9</b>         | <b>15,7</b> | <b>77,0</b>  | <b>510,9</b>  |
| <b>Уплотненный полдник</b>         |                                                                 |              |                     |             |              |               |
| 276/ ДЛГ 16/<br>423/П`18           | Тефтели рыбные паровые (из трески), польский (1-й вариант) соус | 60           | 4,3                 | 6,2         | 3,5          | 87,0          |
| 378/П`18                           | Пюре картофельное с морковью                                    | 120          | 2,3                 | 4,9         | 10,1         | 93,6          |
| 114/П`13                           | Хлеб пшеничный                                                  | 10           | 0,8                 | 0,1         | 4,9          | 23,5          |
| 115/П`13                           | Хлеб ржаной                                                     | 20           | 1,3                 | 0,2         | 6,7          | 34,8          |
| Ск6.1.3.2.13                       | Печенье затяжное                                                | 20           | 1,7                 | 2,3         | 13,9         | 82,8          |
| Ск 11.1.1.16                       | Сок яблочный                                                    | 180          | 0,9                 | 0,2         | 18,2         | 82,8          |
| 386/Д`16                           | Плоды свежие (яблоки)                                           | 95           | 0,4                 | 0,4         | 9,3          | 41,8          |
| <b>Итого в Уплотненный полдник</b> |                                                                 | <b>505</b>   | <b>11,6</b>         | <b>14,2</b> | <b>66,7</b>  | <b>446,3</b>  |
| <b>Итого за 6 день</b>             |                                                                 |              | <b>39,1</b>         | <b>43,3</b> | <b>190,5</b> | <b>1319,0</b> |

Понедельник/ вторая неделя/1-3 года 6 день