

День: понедельник
Неделя: вторая



ИТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ №16 с.Тулома
Кольского района Мурманской области
Пацера Е.А.

Возрастная категория: 3-7 лет

№ рец	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции	Пищевая вещества(г)			Эн.цен
			Б	Ж	У	
1	2		4	5	6	7
Завтрак						
141/П'18	Суп молочный с крупой (рисовой)	150	3,6	3,8	12,3	97,5
2/13 Ек/ч.2	Хлеб с маслом и яйцом	55	4,9	6,2	14,3	133,0
114/П'13	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0
506/П'13	Чай с молоком (1-й вариант)	200	1,5	1,3	15,9	81,0
Итого в Завтрак		425	11,5	11,4	52,4	358,5
II Завтрак						
470/П'18 Ск 1.2.2.13	Ряженка 2,5% жирности, с сахаром	155	4,4	3,8	9,3	93,0
Итого во II Завтрак			4,4	3,8	9,3	93,0
Обед						
53/П'18	Икра свекольная	60	1,4	3,3	7,1	63,6
82/ДЛ'16/488 П'13	Рассольник "Ленинградский", со сметаной	200	2,0	6,7	12,7	119,3
339/П'18	Котлеты из говядины	80	10,4	6,4	12,0	147,2
380/П'18	Капуста тушеная	130	2,9	4,4	10,5	93,6
114/П'13	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0
115/П'13	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52,2
348/ДЛ'17	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	0,3	0,1	29,9	122,2
Итого в Обед		720	20,5	21,4	92,0	645,1
Уплотненный полдник						
276/ ДЛ'16/ 423/П'18	Тефтели рыбные паровые , польский (1-й вариант) соус	80	6,5	6,3	5,4	104,3
378/П'18	Пюре картофельное с морковью	130	2,5	5,3	10,9	101,4
114/П'13	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0
Ск6.1.3.2.13	Печенье затяжное	40	3,4	4,5	27,9	165,6
Ск 11.1.1.16	Сок яблочный	200	1,0	0,2	20,2	92,0
386/Д'16	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	44,0
Итого в Уплотненный подник		570	15,3	16,9	84,0	554,3
Итого за 6 день			51,7	53,4	237,6	1650,9