

День: пятница
Неделя: первая

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ №16 с.Тулома
Кольского района Мурманской области
Пацера 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
Завтрак						
233/П'18	Каша пшенная молочная жидкая	150	4,5	5,1	21,5	149,7
114/П'13	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,8
6/ДЛ'16	Масло (порциями)	3	0,0	2,2	0,0	19,8
7/Д'16	Сыр (порциями)/российский	7	1,6	2,1	0,0	25,2
411/ДЛ'16	Чай с повидлом	165	0,1	0,0	7,8	32,0
Итого в Завтрак		350	8,1	9,6	41,6	285,5
II Завтрак						
420/Д'16	Кефир 2,5%,с сахаром	105	2,9	2,5	9,0	70,0
Итого во II Завтрак			2,9	2,5	9,0	70,0
Обед						
53/П'18	Икра свекольная	40	0,9	2,2	4,7	42,4
161/П'13	Суп с крупой	180	1,2	3,7	12,3	86,6
347/П'18	Котлеты "Школьные"	50	7,5	5,5	6,5	105,5
380/П'18	Капуста тушеная	110	2,4	3,7	8,9	79,2
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/ДЛ'17	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	180	0,3	0,1	26,9	110,0
Итого в Обед		600	15,1	15,6	75,8	505,5
Уплотненный полдник						
252/369/ДЛ'16	Запеканка из творога с морковью, соус молочный сладкий	150	12,6	12,5	30,4	284,8
114/П'13	Хлеб пшеничный	10	0,8	0,1	4,9	23,5
386/Д'16	Плоды свежие (яблоки)	95	0,4	0,4	9,3	41,8
411/Д'16	Чай с сахаром	180	0,1	0,0	10,0	40,0
Итого в Уплотненный подник		435	13,8	13,0	54,6	390,1
Итого за 5 день			40,0	40,6	181,0	1250,9

пятница 5 день 1 недели