

День: 2 вторник
Неделя: первая
Возрастная категория:

3-7 лет



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ №16 с.Тулома
Кольского района Мурманской области
Нацера Е.А.

№ рец	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции	Пищевая вещества(г)			Эн.цен
			Б	Ж	У	
1	2		4	5	6	7
Завтрак						
230/П 18	Каша пшеничная молочная жидкая	200	5,4	6,2	25,8	180,6
267/П 18	Яйцо вареное	20	2,6	2,3	0,2	31,5
114/П 13	Хлеб пшеничный	10	0,8	0,1	4,9	23,5
466/П 18	Кофейный напиток на сгущенным молоком	200	2,6	3,2	19,0	115,0
Итого в Завтрак		430	11,3	11,8	49,9	350,6
II Завтрак						
420/Д 16	Кефир 2,5%, с сахаром	155	4,4	3,8	11,0	95,0
Итого во II Завтрак			4,4	3,8	11,0	95,0
Обед						
54/П 18	Икра морковная	60	1,3	3,3	5,6	57,0
116/П 18	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,1	2,1	13,4	80,6
21/8	Тефтели из мяса говядины в молочном соусе	70	7,8	8,0	7,3	129,0
432/П 13	Картофель отварной в молоке	150	4,7	6,3	18,8	150,0
114/П 13	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,5
115/П 13	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52,2
390/Д 16	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,2	0,2	23,9	97,6
Итого в Обед		740	20,3	20,4	93,7	636,9
Уплотненный полдник						
583/П 13	Булочка домашняя	30	2,3	3,9	18,1	116,5
19/5/380/Д 16	Суфле творожное, соус яблочный	200	14,8	12,2	30,9	293,3
386/Д 16	Плоды свежие (груша)	100	0,4	0,3	10,3	46,0
401/Д 16	Кисель из джема	200	0,1	0,0	23,4	94,2
Итого в Уплотненный полдник		530	17,6	16,4	82,8	550,0
Итого за 2 день			53,5	52,3	237,3	1632,5

вторник/ первая неделя/3-7 ЛЕТ 2 день