

День: вторник
Неделя: вторая



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ №16 с.Тулума
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/ДП 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
457/П 18	Чай с сахаром	180	0,2	0,1	8,4	34,2
Итого в Завтрак		365	8,2	9,6	42,2	287,7
II Завтрак						
420/Д 16	Кефир 2,5%, сахаром	105	2,9	2,5	9,0	70,0
Итого во II Завтрак			2,9	2,5	9,0	70,0
Обед						
5/П 18	Салат капусты белокочанной и огурцов	40	0,4	2,4	1,2	28,0
98/433/П 18	Свекольник, со сметаной	180	1,8	6,0	7,5	91,5
354/П 18	Запеканка картофельная с печенью	140	10,1	3,9	12,3	124,9
451/П 13	Соус сметанный	50	0,8	5,3	1,7	57,7
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
349/Д 17	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	28,8	119,5
Итого в Обед		630	16,5	18,2	68,1	503,4
Уплотненный полдник						
254/369/ДП 16	Пудинг из творога с яблоками, соус молочный сладкий	130	11,9	10,8	18,3	218,0
588/П 13	Вафли	15	0,4	0,5	11,6	52,5
118/П 13	Плоды свежие (банан)	95	1,4	0,5	20,0	91,2
412/Д 16	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	10,2	41,0
Итого в Уплотненный подник		420	13,8	11,8	60,1	402,7
Итого за 7 день			41,4	42,1	179,3	1263,6