

Заведующий _____ (Калмыкова О.П.)

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/Ц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Макароны, запеч, ные с сыром	94	90	5,26	5,04	5,59	5,35	19,58	18,75	150,68	144,27	35
Какао с молоком	150	200	4,11	5,48	3,57	4,76	8,72	11,62	97,91	130,54	78
Бутерброд с маслом	25	42	1,56	2,62	3,6	6,05	11,1	18,64	83,83	140,84	58
Чай с сахаром-Д	0	200	0	0	0	0	0	7,98	0	32	80
Итого за завтрак 1	269	532	10,93	13,14	12,76	16,16	39,4	56,99	332,42	447,65	
Завтрак 2											
Яблоко	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,41	52	52	70
Напиток витаминизированный	0	100	0	0	0	0	0	8	0	40	115
Итого за завтрак 2	100	200	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	19,41	52	92	
Обед											
Борщ на мясном бульоне	200	200	6,4	6,4	4,6	4,6	10,82	10,82	123,24	123,24	7
Тефтели мясо-крупяные	150	150	18,94	18,94	14,22	14,22	9,7	9,7	252,81	252,81	22
Икра кабачковая	52	50	0,62	0,6	2,44	2,35	4	3,85	40,56	39	106
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	36	45	2,38	2,97	0,4	0,5	14,76	18,45	72	90	50
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	591	648	28,49	29,11	21,66	21,67	45,94	51,7	530,94	561,49	
Полдник											
Кефир	146	146	4,38	4,38	3,65	3,65	5,84	5,84	77,38	77,38	85
Булка	20	25	1,5	1,88	0,6	0,75	10,6	13,25	54	67,5	51
Чай с сахаром-Д	0	200	0	0	0	0	0	7,98	0	32	80
Итого за полдник	166	371	5,88	6,26	4,25	4,4	16,44	27,07	131,38	176,88	
Ужин 1											
Рыба, тушенная в томате с овощами	0	96	0	9,09	0	4,77	0	4,23	0	96,04	28
Тефтели из рыбы	78	0	9,08	0	3,48	0	11,71	0	126,12	0	30
Пюре картофельное	121	150	4,1	5,09	4,02	4,98	14,01	17,37	102,08	126,54	56
Салат из свеклы с маслом растительным	50	50	0,65	0,65	2,23	2,23	1,28	1,28	38,01	38,01	105
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80
Булка	20	25	1,5	1,88	0,6	0,75	10,6	13,25	54	67,5	51
Итого за ужин 1	419	521	15,34	16,71	10,33	12,74	43,58	44,11	344,2	360,09	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1545	2272	60,9	65,47	49,17	55,13	156,78	199,28	1391	1638,1	

Исполнитель: Ст. медсестра Д.И.И. (Полухина И.В.)

Done