

Неделя 1 День 5 (3-7 лет) 12.01.2024.

Наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества (г.)			энергетическая ценность (ккал)	витамины С	сборник рецептов	№ рецептуры
		Б	Ж	У				
ЗАВТРАК								
каша жидкая молочная гречневая	200	7,07	5,87	26,67	187,30	0,50	Сборник рецептов блюд для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях с 1-7 лет. Новосибирск 2022	54-20к
кофейный напиток с молоком	200	3,80	2,90	11,30	86,00	0,52	Сборник рецептов. Новосибирск 2022	54-23ГН
хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	14,80	70,30	0,00	Пром.	
сыр	10	2,32	2,92	0,00	35,86	0,06	Пром.	
итого за прием		15,49	11,89	52,77	379,46	1,08		
2 ЗАВТРАК								
	100	0,40	0,40	9,80	45,00	10,00	Пром.	
итого за прием		0,40	0,40	9,80	45,00	10,00		
ОБЕД								
салат из капусты с кукурузой луком и растительным маслом	60	1,00	4,00	7,10	64,00	18,00	Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях. Екатеринбург 2011	4/1
щи на м/б со сметаной	250	5,77	7,02	7,15	115,25	13,45	Сборник рецептов. Новосибирск 2022	54-1с
оладьи из печени по-кунцевски	80	14,00	9,20	12,60	187,40	8,63	Сборник рецептов. Новосибирск 2022	54-35м
соус сметанный	50	0,75	4,10	1,60	46,45	0,04	Сборник рецептов. Новосибирск 2022	54-1соус
рис отварной	130	3,20	4,16	31,63	176,37	0,00	Сборник рецептов. Новосибирск 2022	54-6г
компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	0,02	Сборник рецептов. Новосибирск 2022	54-1хн
хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	12,10	70,30	0,00	Пром.	
хлеб ржаной	50	3,32	0,66	16,66	85,32	0,00	Пром.	
итого за прием		30,84	29,34	108,64	826,09	40,14		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	0,04	Сборник рецептов. Новосибирск 2022	54-2ГН
суп с рыбными консервами (горбуша)	250	9,87	4,80	15,55	144,57	7,30	Сборник рецептов. Новосибирск 2022	54-12с
печенье	40	2,98	3,92	29,76	166,80	0,00	Пром.	
хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	12,10	70,30	0,00	Пром.	
итого за прием		15,35	8,92	63,91	408,47	7,34		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		62,08	50,55	235,12	1659,02	58,56		