

Утверждаю
Зав. МБДОУ детский сад №6
Павлова Л. И.



09 июня

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Первый завтрак						
Каша рисовая	200,0	5,28	9,35	22,26	199,0	9
Чай сладкий, №8	170,0	0,36	0,0	0,072	50,4	8
Хлеб пшеничный с маслом	25,0 7,0	2,3	4,36	14,62	108,0	84
Второй завтрак						
Сок	150,0	0,75	0,0	15,15	0,75	79
Обед						
Суп картофельный с лапшой куриный	200,0	3,68	7,07	62,58	396,80	33
Котлета мясная с картофельным пюре	160/140	14,14	11,4	3,63	263,25	55
Компот из сухофруктов	170,0	0,5	-	21,15	86,6	76
Гороховое пюре	160	8,0	7,0	14,62	263,25	
Хлеб ржаной	30,0	1,92	0,36	9,72	50,75	86
Полдник						
Омлет	90,0	14,01	17,01	1,86	207,48	68
Кукуруза консервированная	40	1,1	5,8	9,8	28,62	
Хлеб пшеничный	30,0	2,25	0,87	15,15	77,43	87
Какао на молоке	180,0	3,67	3,19	17,28	118,66	82
Итого за день					1786,56	



10 июня

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Первый завтрак						
Запеканка творожно-морковная со сметаной	130,0 30,0	17,54	16,51	12,05	247,00	61
Кофейный напиток на молоке	180,0	2,85	2,41	14,36	91,0	75
Хлеб пшеничный с маслом	25,0 7,0	2,3	4,36	14,62	108,0	84
Второй завтрак						
Банан	250,0	1,0	1,0	24,5	110,0	
Обед						
Свежий огурец	40,0	0,69	4,3	2,61	51,94	
Суп куриный «Снежок»	200,0	2,35	2,82	16,63	144,0	
Гречка отварная	120,0	10,93	15,0	20,91	198,37	66
Гуляш мясной	90	2,35	2,82	52	128	
Чай с зефиром/мармеладом/пастилой	170,0/30,0	12,0	3,06	58,2	155,28	
Хлеб ржаной	30,0	2,64	0,48	13,68	75,4	86
Полдник						
Булочка/ плюшка сладкая дрожжевая	100,0	7,76	5,6	52,3	333,20	88
Кефир	150,0	5,8	6,4	13,96	119,0	80
Итого за день					1797,89	



11 июня

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Первый завтрак						
Каша кукурузная	180,0	7,44	4,65	32,47	201,5	5
Какао на молоке	170,0	4,2	3,62	17,28	118,66	82
Хлеб пшеничный с маслом	25,0 7,0	2,3	4,36	14,62	108,0	84
Второй завтрак						
Сок	160,0	0,75	0,0	15,15	64,0	79
Обед						
Суп рыбный с пшеном	200,0	5,37	6,08	17,47	166,08	35
Голубцы ленивые с подливой	120,0/70,0	14,18	13,19	3,49	195,83	
Компот из сухофруктов	170,0	0,5	-	21,15	86,6	76
Хлеб ржаной	30,0	2,4	0,4	17,73	75,4	86
Винегрет	110,0	1,1	5,8	9,8	118,0	10
Чай сладкий, №83	170,0	0,36	-	0,072	50,4	83
Хлеб пшеничный, №87	30,0	2,25	0,87	15,15	77,43	87
Итого за день					1780,85	