

Возрастная категория:
Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры		
День 7 (вторник)	Каша пшеничная молочная с сахаром и с. маслом	170/5	7,72	6,95	32,11	222,14 185,11а
	Пшено	32,3/32,3	3,71	1,07	21,48	110,47
	Масло сливочное	4,05/4,05	0,05	2,49	0,07	22,9
	Сахарный песок	4,05/4,05	0	0	4,04	15,33
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	136/136	3,94	3,4	6,53	73,44
	Бутерброд с сыром	30	3,82	3,53	10,28	88,79 3
	Сыр "Российский"	11/10	2,32	2,95	0	36,36
	Батон нарезной	20/20	1,5	0,58	10,29	52,43
	Какао с молоком	150	3,06	2,54	12,89	85,88 397
	Сахарный песок	8,34/8,34	0	0	8,32	31,61
	Какао-порошок	1,65/1,65	0,4	0,25	0,17	4,77
Вода	66,66/66,66	0	0	0	0	
Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	91,65/91,65	2,66	2,29	4,4	49,49	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	350	14,6	13,02	55,28	396,81	
ЗАВТРАК 2	Фруктовый сок	150	0,61	0,12	19,65	82,5 6/н
Сок фруктовый	150/150	0,62	0,12	19,65	82,5	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	150	0,61	0,12	19,65	82,5	
Нарезка из свежих огурцов	40	0,32	0,04	1	5,6 49	
Зелень свежая	1,8/1,32	0	0	0	0	
Огурец свежий	40,8/40	0,32	0,04	1	5,6	
Суп картофельный с бобовыми	170	4,01	3,77	13,23	103,17 81	
Морковь, красная	11,61/8,5	0,11	0,01	0,59	2,98	
Горох, лущеный	13,77/13,6	3,13	0,22	6,54	40,66	
Лук репчатый	8,16/6,8	0,1	0,01	0,56	2,79	
Картофель	56,75/34	0,68	0,14	5,54	26,18	
Соль пищевая йодированная	1,36/1,36	0	0	0	0	
Масло подсолнечное	3,4/3,4	0	3,4	0	30,57	
Вода	119/119	0	0	0	0	
Птица, тушеная в соусе с овощами	150	10,29	1,92	15,26	120,25 302	
Куриная грудка (филе)	48,3/33,9	8	0,64	0,14	38,31	
Морковь, красная	34,79/26,08	0,34	0,03	1,8	9,13	

УБЕД

Сметана 15,0% жирности	6,26/6,26	0,16	0,94	0,23	10,13
Лук репчатый	18,26/15	0,21	0,03	1,23	6,15
Картофель	97,08/63,25	1,27	0,25	10,31	48,71
Мука пшеничная	1,88/1,88	0,19	0,02	1,29	6,26
Соль пищевая йодированная	1,5/1,5	0	0	0	0
Вода	18,75/18,75	0	0	0	0
Горошек зеленый. Консервы	6/3,9	0,12	0,01	0,25	1,56
Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	17,91	70,95 372
Яблоки	34,05/30	0,12	0,12	2,94	14,1
Сахарный песок	15/15	0	0	14,97	56,85
Вода	129/129	0	0	0	0
Хлеб витаминизированный	20	1,32	0,18	7,6	39,8 Н
Хлеб пшеничный витаминизированный	20/20	1,32	0,18	7,6	39,8
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8 Н
Хлеб ржаной	20/20	1,32	0,24	6,68	34,8
ИТОГО ЗА ОБЕД	550	17,38	6,27	61,68	374,57
Пирожки печеные с повидлом	50	3,06	1,67	19,53	105,03 454
Масло подсолнечное	0,7/0,7	0	0,7	0	6,34
Пшеничная мука, первого сорта	1,16/1,16	0,13	0,02	0,79	3,82
Пшеничная мука, первого сорта	24,95/24,95	2,77	0,37	16,92	82,1
Вода	11,7/11,7	0	0	0	0
Дрожжи сухие	0,17/0,17	0,02	0	0,01	0,18
Соль пищевая йодированная	0,4/0,4	0	0	0	0
Масло сливочное	0,75/0,75	0,01	0,46	0,01	4,22
Повидло	16,8/16,5	0	0	0	0
Яйцо	1/1	0,13	0,12	0,01	1,57
Сахарный песок	1,79/1,79	0	0	1,79	6,8
Чай с сахаром	150	0,04	0	7,89	30,36 392
Чай высшего сорта	0,24/0,24	0,05	0	0,01	0,46
Сахарный песок	7,89/7,89	0	0	7,87	29,9
Вода	118,42/118,4	0	0	0	0
Вода	25,59/25,59	0	0	0	0
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	3,1	1,67	27,42	135,39
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1250	35,69	21,08	164,03	989,27
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	1250	35,69	21,08	164,03	989,27
Среднее значение за период	1250	35,69	21,08	164,03	989,27