

Возрастная
я Детский сад
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7 (вторник)							
	Каша пшеничная молочная с сахаром и с. маслом	210/5	9,53	8,59	39,67	274,41	185.11а
	Пшено	39,9/39,9	4,59	1,32	26,53	136,46	
	Масло сливочное	5/5	0,06	3,07	0,08	28,29	
	Сахарный песок	5/5	0	0	4,99	18,94	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	168/168	4,87	4,2	8,06	90,72	
	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	180	3,67	3,04	15,46	103,05	397
	Сахарный песок	10,01/10,01	0	0	9,99	37,93	
	Какао-порошок	1,98/1,98	0,48	0,3	0,2	5,72	
	Вода	79,99/79,99	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	109,98/109,98	3,19	2,75	5,28	59,39	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	420	17,02	15,16	65,41	466,25	99 б/н
	Фруктовый сок	180	0,74	0,14	23,58	99	99
	Сок фруктовый	180/180	0,74	0,14	23,58	99	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	180	0,74	0,14	23,58	99	99
	Нарезка из свежих огурцов	60	0,48	0,06	1,5	8,4	49
	Зелень свежая	2,71/98	0	0	0	0	
	Огурец свежий	61,2/60	0,48	0,06	1,5	8,4	
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,9	5,55	19,45	151,72	81
	Морковь, красная	17,07/12,5	0,16	0,01	0,86	4,38	
	Горох, лущеный	20,25/20	4,6	0,32	9,62	59,8	
	Лук репчатый	12/10	0,14	0,02	0,82	4,1	
	Картофель	83,45/50	1	0,2	8,15	38,5	
	Соль пищевая йодированная	2/2	0	0	0	0	
	Масло подсолнечное	5/5	0	5	0	44,95	
	Вода	175/175	0	0	0	0	
	Итого за обед	180	12,35	2,3	18,31	144,31	302
	Куриная грудка (филе)	57,96/40,68	9,6	0,77	0,16	45,97	
	Морковь, красная	41,74/31,3	0,41	0,03	2,16	10,96	

06.06

УБЕД	Сметана 15,0% жирности	7,51/7,51	0,2	1,13	0,27	12,16
	Лук репчатый	21,91/18	0,25	0,04	1,48	7,38
	Картофель	116,5/75,91	1,52	0,3	12,37	58,45
	Мука пшеничная	2,25/2,25	0,23	0,02	1,55	7,52
	Соль пищевая йодированная	1,8/1,8	0	0	0	0
	Вода	22,5/22,5	0	0	0	0
	Горошек зеленый. Консервы	7,2/4,68	0,15	0,01	0,3	1,87
	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	21,49	85,14 372
	Яблоки	40,86/36	0,14	0,14	3,53	16,92
	Сахарный песок	18/18	0	0	17,96	68,22
	Вода	154,8/154,8	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	710	21,51	8,47	75,03	464,17
	Чай с сахаром	180	0,05	0	9,47	36,43 392
	Чай высшего сорта	0,29/0,29	0,06	0	0,01	0,55
	Сахарный песок	9,47/9,47	0	0	9,45	35,88
	Вода	142,11/142,1	0	0	0	0
	Вода	30,71/30,71	0	0	0	0
	Пирожки печеные с повидлом	70	4,28	2,34	27,34	147,04 454
	Масло подсолнечное	0,99/0,99	0	0,99	0	8,87
	Пшеничная мука, первого сорта	1,62/1,62	0,18	0,02	1,1	5,34
	Пшеничная мука, первого сорта	34,94/34,94	3,88	0,52	23,69	114,94
	Вода	16,38/16,38	0	0	0	0
	Дрожжи сухие	0,23/0,23	0,03	0,01	0,02	0,25
	Соль пищевая йодированная	0,55/0,55	0	0	0	0
	Масло сливочное	1,04/1,04	0,01	0,64	0,02	5,9
	Повидло	23,52/23,1	0	0	0	0
	Яйцо	1,4/1,4	0,18	0,16	0,01	2,2
	Сахарный песок	2,51/2,51	0	0	2,51	9,52
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	4,33	2,34	36,81	183,47
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1560	43,6	26,11	200,83	1212,89
	ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	1560	43,6	26,11	200,83	1212,89
	Среднее значение за период	1560	43,6	26,11	200,83	1212,89