

1 неделя четверг (4 день)

13.03.2025

Утверждаю
Заведующий

А.Р.Багаутдинова

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли	вес блюда сад	Пищевые вещества на порцию						Энергетическая ценность ясли	Энергетическая ценность сад	№ рецептуры
				Белки ясли	белки сад	Жиры ясли	Жиры сад	Углеводы ясли	Углеводы сад			
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150,00	200,00	4,05	5,40	5,70	6,40	20,40	27,13	168,00	207,00	182
	Кофейный напиток с молоком	150,00	200,00	2,37	3,08	2,00	2,65	11,96	15,70	83,85	118,00	54
	Хлеб пшеничный	30,00	40,00	2,01	2,64	0,27	0,36	11,60	15,40	79,60	106,14	
Итого за завтрак		330,00	440,00	8,43	11,12	7,97	9,41	43,96	58,23	331,45	431,14	
Второй завтрак:	Сок /Вит.напиток	120,00	150,00	4,00	5,01	3,00	3,75	5,11	6,39	72,80	91,00	
Итого за второй завтрак		120,00	150,00	4,00	5,01	3,00	3,75	5,11	6,39	72,80	91,00	
Обед	Винегрет с растительным маслом	40,00	60,00	0,54	0,82	2,47	4,00	3,38	5,06	38,00	57,00	45
	Щи из свежей капусты с картофелем	150,00	200,00	1,26	1,38	6,01	7,20	13,40	14,70	102,00	136,00	67
	Бефстроганов из отвар. мяса в соусе	50,00	70,00	6,46	9,04	5,18	7,25	1,40	2,00	78,00	109,00	294
	Каша гречневая	120,00	150,00	3,86	4,83	3,60	4,45	55,40	71,25	184,60	295,00	171
	Кисель	150,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	19,60	27,00	74,60	99,47	376
	Хлеб ржаной	20,00	30,00	0,72	1,08	0,18	0,27	6,24	9,36	29,70	44,55	
Итого за обед		530,00	710,00	12,84	17,15	17,44	23,17	99,42	129,37	506,90	741,02	
Уплотнённый полдник	Каша манная молочная	130,00	180,00	11,60	15,50	9,80	13,50	26,20	36,20	237,00	328,60	226
	Хлеб пшеничный	30,00	40,00	2,01	2,64	0,27	0,36	11,60	15,40	79,60	106,14	
	Чай с сахаром	150,00	180,00	0,30	0,36	0,30	0,36	17,40	20,88	72,00	86,40	
	Яблоко	95,00	100,00	0,88	0,88	2,48	2,48	10,20	10,20	70,10	70,10	
Итого за уплотненный полдник		405,00	500,00	14,79	19,38	12,85	16,70	65,40	82,68	458,70	591,24	
Итого за день		1385,00	1800,00	40,06	52,66	41,26	53,03	213,89	276,67	1369,85	1854,40	

Калькуляция Новикова М.Г.