



Утверждаю:
 Заведующей МБДОУ ПМО СО
 "Первомайский детский сад"
 Халджиева Т. Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№т.к./N рецептуры
			Б	Ж	У			
ПОЛНОДЕЛЬНИК								
День 6								
Завтрак:	Каша молочная рисовая с маслом	200	10,06	11,34	41,26	307	1,22	№53 №177
		5						
	Хлеб с сыром	30	6,31	9,17	14,56	185,34	0,1	№6 №3
		15						
	Кофе на молоке	200	4,58	5,04	22,48	145,34	7,36	№17 №130
Итого:		450	20,95	25,55	78,3	637,68	8,68	
второй завтрак:	Сок фруктовый	100	0,75	0	15,15	64,005	3	№2 №399
Итого:		100	0,75	0	15,15	64,005	3	
Обед:	Икра свекольная	60	3,76	7,36	19,73	160,76	10,75	№32 №54
	Рассольник ленинград. с мясом	250	4,1	7,16	20,93	145	8,2	№63 №33
		26						
	Гуляш из отварного мяса в молочно-сметанном соусе	150	10,656	8,112	70,144	396,32	8,08	№105 №80№3 56№95
		50						
	Макароны отварные с овощами	150	7,37	8,9	35,93	264,5	3,52	№32 №433
		50						
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,04	0	26,96	107,44	0,8	№4 №126
Хлеб пшеничный обогащ."Валитек-8"	20	3,07	0,85	16,74	97,5	0	№3 №147	
Хлеб ржаной	50	3	0,5	22,165	94,5	0	№94 №147	
Итого:		1006	32,996	32,882	212,599	1266,02	31,35	
Уплотненный полдник:	Запеканка капустная	100	3,85	8,25	14,14	105,81	100	№48 №216
	Соус молочный	50	1,97	1,57	2,55	44,83	0,15	№57 №341
	Яйцо отварное	40	5,2	4,8	4	62,8	0	№86 №150
	Чай с молоком и сахаром	200	3,54	3,1	15,8	102,66	1,58	№48 №394
	Хлеб пшеничный обогащ."Валитек-8"	30	4,1	1,07	20,93	107,22	0	№3 №147
Итого:		420	18,66	18,79	57,42	423,32	101,73	
Итого за шестой день:		1976	73,356	77,222	363,469	2391,025	144,76	