

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ ПМО СО

"Первомайский детский сад"

И.О. Илькова И. В.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№т.к./N рецептуры
			Б	Ж	У			
День 9								
Завтрак:	Каша молочная овсяная с маслом	150	18,16	13	20	9	280,5	№11 №83
	Бутерброд с маслом	25	1,54	0,16	13,16	61	0,01	№81 №2
	Чай с сахаром	170	0,9	0	9,75	36,96	4,5	№23 №214
Итог:		320	20,6	13,16	42,91	106,96	285,01	
второй завтрак:								№59 №144
Итог:		100	1,56	1,62	9,6	54,64	10	
Обед:	Салат из помидор	45	5,57	5,413	0,9	74,659	0,99	№136 №111
	Суп «Бабушкин»	200	2,25	3,75	14,791	109,73	11,25	№62 №88
	Запеканка овощная с курой	210	4,48	6,2	11,5	152,6	4	№78 №62
	Соус молочный	30	17	15	0,304	200,3	0,728	№24 №96
	Компот из сухофруктов	180	0,93	0	24,26	96,69	0,72	№4 №126
	Хлеб пшеничный обогащ "Валетек-8"	20	3,07	0,85	16,74	97,5	0	№3 №147
	Хлеб ржаной	40	2,3	0,4	17,732	75,6	0	№94 №147
Итог:		722	38,278	36,327	91,788	877,736	17,688	
Уплотнённый полдник:	Биточки манные	60	3,834	2,814	22,686	131,4	0,29	№34 №213
	Порционный джем	30	0	0	16,5	66	0,01	№187 №5
	Кисель	180	5,79	5,16	9,59	107,63	2,6	№33 №400
	Хлеб пшеничный обогащ "Валетек-8"	20	3,07	0,85	16,74	97,5	0	№3 №147
Итог:		270	12,694	8,824	65,516	402,53	2,9	
Итого за девятый день:		1412	73,132	59,931	209,814	1441,866	315,598	