

1-3 года

 Утверждаю
 с.е. зав.участком
 Канюкова И.И.
 12.04.2016

10 день

03.04.2016г.



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Витамин С	
		Б	Ж	У			
Завтрак							
Каша «Геркулес» «вязкая молочная со слив маслом	130,0	5,39	6,38	27,13	187,0	0	168
Бутерброд со сл. маслом и сыром	30,0 6,0/6,0	4,29	8,72	15,52	157,47	0,06	3
Какао с молоком	180,6	3,67	3,19	13,84	99,02	1,43	397
Итого		13,35	18,29	56,49	443,49	149,0	
2 завтрак							
Яблоко	100,0	0,4	0,4	9,8	47,0	10,0	368
Итого		0,4	0,4	9,8	47,0	10,0	
Обед							
Салат из сезонных овощей	60,0	0,84	3,04	5,2	51,5	21,0	20
Суп с фасолью на к/б	180,0	2,0	5,11	16,93	122,0	7,53	76
Гуляш из курин мяса	80,0	11,88	6,8	3,3	121,5	2,7	278
Каша гороховая	130	3,36	5,29	26,3	168,0	0,88	168
Хлеб пшеничный	40,0	3,04	0,32	19,68	94,0	0	
Хлеб ржаной	20,0	0,76	0,13	8,9	42,7	0	
Компот из смеси сухофруктов	180,0	0,4	0	24,99	101,7	0,36	376
Итого		20,4	17,29	79,0	545,0	32,06	
Полдник/ужин							
Блины со сметаной	60/10	69,78	21,8	37,0	19,59	06,25	448
чай с молоком	180/6	3,98	4,25	17,39	122,9	1,29	397
Итого		14,26	32,75	66,76	615,03	4,26	
Итого за десятый день		48,41	68,73	212,05	1650,52	195,32	

3-4 лет

Удобритель
и.о. заведующей
Иванова И.И. И.И.

14.01.2016
Нижнекамский
детский сад
Селицкий
№ 14

10 день

03.04.2016г.

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность ккал	Витамин С	№ ре- цептуры
		Б	Ж	У			
Завтрак							
Каша «Геркулес» «вязкая молочная со слив маслом	205,0	5,39	6,38	27,13	187,0	0	168
Бутерброд со сл. маслом и сыром	30,0 6,0/6,0	4,29	8,72	15,52	157,47	0,06	3
Какао с молоком	180,0	3,67	3,19	13,84	99,02	1,43	397
Итого		13,35	18,29	56,49	443,49	149,0	
2 завтрак							
Яблоко	100,0	0,4	0,4	9,8	47,0	10,0	368
Итого		0,4	0,4	9,8	47,0	10,0	
Обед.							
Салат из сезонных овощей	60,0	0,84	3,04	5,2	51,5	21,0	20
Суп с фасолью на к/б	200,0	2,0	5,11	16,93	122,0	7,53	76
Гуляш из курин мяса	80,0	11,88	6,8	3,3	121,5	2,7	278
Каша гороховая	150	3,36	5,29	26,3	168,0	0,88	168
Хлеб пшеничный	40,0	3,04	0,32	19,68	94,0	0	
Хлеб ржаной	20,0	0,76	0,13	8,9	42,7	0	
Компот из смеси сухофруктов	180,0	0,4	0	24,99	101,7	0,36	376
Итого		20,4	17,29	79,0	545,0	32,06	
Полдник/ужин							
Блины со сметаной	60/10	69,78	21,8	37,0	19,59	06,25	448
чай с молоком	180,0/8	3,98	4,25	17,39	122,9	1,29	397
Итого		14,26	32,75	66,76	615,03	4,26	
Итого за десятый день		48,41	68,73	212,05	1650,52	195,32	