

ХІХ день:
Четверг

Неделя : четвертая

Наименование учреждения : МБДОУ детский сад № 51

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С мг	№ рецептуры	№ рецептуры, технологической карты
			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150/4	4,08	4,08	25,05	153	-	98 ¹	4.9
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63	70,0	0,98	253 ¹	11.11
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	67,8	-	1 ²	10.1
	Масло сливочное	8	0,048	6,67	-	59,84	0,056	6 ²	6.1
	Итого:		7,4	12,1	50,79	355,64	1,25		
2 завтрак	Яблоко	160	0,49	-	9,8	44	10	368 ²	11.1
Обед	Салат из свеклы с яблоками	40	0,44	2,07	4,57	38,68	3,72	35 ²	1.3
	Бульон с яйцом , гренками	150/20	1,76	1,75	7,76	61,3	0,28	35 ⁶	2.20
	Суфле куриное с рисом	60	10,3	9,84	2,74	140	-	311 ²	7.6
	Капуста тушеная	150	3	4,57	9,02	102,33	25,67	200 ¹	3.4
	Кисель из концентрата	150	-	-	13,5	46,5	-	233 ¹	11.10
	Хлеб ржаной	40	1.88	0.28	19.92	85.6	-	1 ²	10.1
	Итого:		17,38	18,51	57,51	474,41	29,97		
Полдник	Кефир с м.д.ж 2,5 – 3,2%	150	4,35	3,75	6,0	75	1,05	251 ¹	6.4
	Хлеб пшеничный	30	2,13	0,33	13,92	68,7	-	1 ²	10.1
	Итого:		6,48	4,08	19,92	143,7	1,05		
Ужин	Салат из моркови и яблок	40	0,43	0,07	8,43	36,06	2,5	38 ²	1.10
	Крупеник с творогом	200	13,6	11,9	18,2	240	1,49	377 ²	6.13
	Сметанный соус	30	0,42	1,22	1,76	22,2	0,01	354 ²	12.3
	Чай с молоком без сахара	150	2,65	2,33	2,33	41,2	1,19	261 ²	11.6а
	Итого:		17,1	15,52	30,72	339,46	5,19		
Итого ХІХ за день:			48,85	50,21	188,74	1357,01	47,46		