

Утверждаю: Директор МБДОУ
Серенко Ю.Н.

ДАТА: _____

Наименование блюд	Вес блюда	Вес в граммах БРУТТО	Вес в граммах НЕТТО	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Бел ки	Жиры	Углеводы	
9 день							
<i>Завтрак</i>							
Каша овсяная из геркулеса	200	20,0	20,0	6,1	8,3	28,4	217,2
Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	180	1,8	1,8	2,9	2,4	14,3	71,1
Хлеб пшеничный	30	30,0	30,0	2,3	0,2	14,8	70,5
Масло сливочное	5	5,0	5,0	0,0	4,1	0,0	37,4
<i>Итого</i>	<i>415</i>	<i>292,3</i>	<i>292,3</i>	<i>11,3</i>	<i>15,0</i>	<i>57,5</i>	<i>396,2</i>
<i>2ой завтрак</i>							
Фрукты по сезону	100	130,0	100,0	1,5	0,5	21,0	96,0
<i>Итого</i>	<i>100,0</i>	<i>130,0</i>	<i>100,0</i>	<i>1,5</i>	<i>0,5</i>	<i>21,0</i>	<i>96,0</i>
<i>Обед</i>							
Суп картофельный с пшеном	200			2,4	3,0	13,2	92,1
Тефтели из говядины с соусом томатным	100	67,0	49,0	10,3	10,7	13,0	195,1
		1,5	1,5	0,4	1,2	2,2	21,5
Капуста свежая тушеная	130	170,0	137,0	4,8	2,7	5,1	82,0
Компот из сухофруктов	180	7,0	7,0	0,5	0,0	20,4	83,9
Хлеб ржаной	38	38,0	38,0	2,5	0,5	12,7	66,1
Хлеб пшеничный	15	15,0	15,0	1,1	0,1	7,4	35,3
<i>Итого</i>	<i>663</i>	<i>480,7</i>	<i>415,3</i>	<i>21,6</i>	<i>17,0</i>	<i>71,8</i>	<i>554,5</i>
<i>Полдник</i>							
Винегрет овощной	60	28,0	24,0	1,3	10,8	7,9	130,0
Яйцо вареное	40	40	40	5,1	4,6	0,3	63,0
Печенье	30	30,0	30,0	2,3	2,9	22,3	125,1
Чай с сахаром	200	7,0	7,0	0,2	0,0	6,5	26,8
Хлеб пшеничный	15	15,0	15,0	1,1	0,1	7,4	35,3
<i>Итого</i>	<i>345</i>	<i>176,0</i>	<i>158,1</i>	<i>10,0</i>	<i>18,4</i>	<i>44,4</i>	<i>380,2</i>
<i>Итого за день</i>	<i>1518</i>			<i>44,4</i>	<i>50,9</i>	<i>194,7</i>	<i>1426,9</i>