

СТАРШИЕ (3-7 лет)
7 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	190	Каша из пшена и риса молочная жидкая "дружба"	180	3,5	3,3	24,7	173,0
2012	3	Бутерброд с сыром	30	5,3	5,0	12,9	118,5
	ТК№040	Чай с молоком	180	3,2	2,8	13,6	77,0
				12,0	11,1	51,2	368,5
Итого за прием пищи:							
II Завтрак							
	ТК №002	Фрукты	80	0,6	0,5	15,5	70,5
				0,6	0,5	15,5	70,5
Итого за прием пищи:							
Обед							
2012	81	Суп картофельный с горохом и гречками	180/15	3,6	4,5	20,0	164,0
2008	165	Каша ячневая рассыпчатая	120	3,8	5,4	25,2	165,1
2008	259	Гуляш из говядины	40/40	12,3	15,1	4,0	202,2
		Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашенные, томат-поре, зелень	30	0,3	0,0	1,0	5,6
	ТК №003	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	0,9	0,2	8,5	40,8
	ТК№004	Батон обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8
				21,8	25,4	79,1	667,8
Итого за прием пищи:							
Полдник							
2012	472	Булочка школьная	50	2,1	9,7	41,1	195,0
2008	435	Кефир	180	7,2	2,4	10,1	96,0
				8,1	11,7	49,5	275,0
Итого за прием пищи:							
Всего за день:				42,5	48,7	195,3	1 381,8

Заведующий учреждением:

Зав. Столовой:

Бухгалтер:

