Наименование блюда	Масса порции	Состав	Кол-во гр		Химический состав			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины мг			Минеральные в-ва, мг	
					белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
			брутто	нетто									
ЗАВТРАК	**9 ДЕНЬ**												
Каша молочная "Дружба"	150	крупа рисовая	7	7,00									
		крупа пшенная	7	7,00									
		молоко	100	100,00									
		вода	18	18,00									
		сахар	4	4,00									
		масло сливочное	4,00	4,00									
		соль	0,375	0,375									
					4,74	**7,635**	**19,755**	**167,38**	**0,06**	**0,15**	**0,675**	**137,85**	**0,405**
Батон с маслом	25	Хлеб пшеничный	20	20,00									
		масло сливочное	5	5,00									
					1,58	**5,24**	**9,81**	**93,87**	**0,02**	**0,01**	**0,00**	**6**	**0,2**
Кофейный напиток	180	Кофейный напиток	2,7	2,70									
		сахар	8	8,00									
		Молоко	100	100,00									
					4,30	**4,3**	**22,4**	**143,6**	**0,12**	**0,28**	**5,20**	**86,4**	**0,18**
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК :	**355**				**10,62**	**17,18**	**51,99**	**404,85**	**0,20**	**0,44**	**5,88**	**230,25**	**0,79**
2-й ЗАВТРАК													
Фрукты\яблоки,бананы\	100		**100**	**100**									
					1,20	**0,40**	**14,40**	**68,30**	**0,00**		**12,70**	**26,10**	**1,30**
ИТОГО ЗА 2-й ЗАВТРАК :	**100**				**1,20**	**0,40**	**14,40**	**68,30**	**0,00**	**0,00**	**12,70**	**26,10**	**1,30**
ОБЕД													
Суп рисовый со сметаной	180	картофель	44	33,00									
		лук	7	5,60									
		морковь	10	8,00									
		рис	5	5,00									
		масло сливочное	2	2									
		бульон мясной	130	130,00									

		соль	0,6	0,60									
		сметана	8	8,00									
					1,68	**3,53**	**7,34**	**68,18**	**0,17**	**0,06**	**3,19**	**35,0**	**0,60**
Макароны запеченые с сыром	110	макаронные изделия	30	30									
		сыр	11	10,00									
		масло сливочное	2	2,00									
		масло растительное	3	3,00									
		яйцо	1/8шт	5,00									
		соль	0,3	0,30									
					14,88	**19,67**	**51,90**	**452,1**	**0,08**	**0,05**	**0,04**	**37,3**	**1,70**
Куры отварные измельченные	50	цыплята-бройлеры	49	45,00									
		лук	5	4,00									
		морковь	5	4,00									
		соль	0,7	0,7									
					13,35	**8,5**	**0,0**	**139,3**	**0,07**	**0,07**	**0,8**	**10**	**0,7**
Компот	180	сухофрукты	13,9	13,90									
		сахар	8,1	8,10									
		витамин "С"	0,045	0,045									
					0,27	**0,01**	**21,93**	**87,08**	**0,002**	**0,005**	**0,25**	**22,5**	**0,8**
Хлеб	45	Хлеб пшеничный	45	45,00	3,4	1,3	22,7	116,1	0,1	0,0	0,0	10,4	0,8
	25	хлеб украинский	25	25,00	1,6	0,3	8,1	42,3	0,0	0,0	0,0	8,5	0,9
					20,03	**12,8**	**30,80**	**208,9**	**0,11**	**0,11**	**1,21**	**15,0**	**1,10**
ИТОГО ЗА ОБЕД :	**590**		**404,645**	**388,245**	**55,18**	**46,10**	**142,79**	**1113,96**	**0,54**	**0,34**	**5,49**	**138,65**	**6,61**
ПОЛДНИК													
Печенье	20	Печенье	20	20	1,50	1,90	14,86	83,40	**0,00**	**0,00**	**0,00**	5,80	0,40
Сок	180	**сок**	180	180	0,9	0,0	18,2	76,0	0,0	0,0	3,6	12,6	2,5
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**200**		**200**	**200**	**2,40**	**1,90**	**33,04**	**159,39**	**0,02**	**0,02**	**3,60**	**18,40**	**2,90**
УЖИН													
Рыба запеченная с картофелем по -русски с соусом	185	филе минтая	101,00	61,00									
		масло сливочное	4	4,00									
		картофель	156	94,00									
		соль	1,2	1,20									

		молоко	45	45,00									
		мука пшеничная	14	14,00									
		масло сливочное	10	10,00									
		масло растительное	5	5,00									
		соус молочный	35	35,00									
					19,98	**17,2**	**25,0**	**338,5**	**0,30**	**0,20**	**14,72**	**76,0**	**1,96**
Хлеб	45	Хлеб пшеничный	45	45,00			22,7						
					3,37	**1,3**	**22,72**	**116,1**	**0,07**	**0,02**	**0,00**	**10,4**	**0,81**
Чай сладкий	180	чай-заварка	0,55	0,55									
		сахар	8	8									
					10,80	**2,8**	**12,6**	**47,7**	**0,0003**	**0,005**	**5,40**	**10,8**	**0,45**
ИТОГО ЗА УЖИН	**410**				**34,15**	**21,32**	**83,00**	**502,34**	**0,37**	**0,23**	**20,12**	**97,15**	**3,22**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	**1655**				**103,55**	**86,90**	**325,22**	**2248,61**	**1,13**	**1,03**	**47,79**	**510,55**	**14,82**

Асатова Ольга Викторовна

Подписан: Асатова Ольга Викторовна
DN: C=RU, OU=АСАТОВА ОЛЬГА ВИКТОРОВНА, O="МАДОУ ""ДЕТСКИЙ САД ""РЯБИНКА""С.БЕРЕЗИНА РЕЧКА МО ""ГОРОД САРАТОВ""""", CN=Асатова Ольга Викторовна, E=berezdou@mail.ru
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение: место подписания
Дата: 2022.06.10 12:40:50+04'00'
Foxit PDF Reader Версия: 11.2.1