

ЯСЛИ

МАДОУ № 18 "Родничок"

3 ДЕНЬ

3 ДЕНЬ												
Сборник рецептур	№ Технологической карты	Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Калорийность,	Витамины, мг.			Минеральные	
				Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.		В 1	В 2	С	Ca	Fe
Завтрак												
2011	1/14	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	5,46	5,7	22,59	163,8	0,135	0,165	1,26	126,24	0,735
2011	№3	Кофейный напиток с молоком	150	2,37	2,445	12,975	82,095	0,03	0,12	0,975	92,82	0,135
2011	№13	Батон с маслом	34	2,254	4,335	14,29	102,5	0	0,01	0	1,2	0,01
Итого за прием пищи:				10,084	12,48	49,855	348,395	0,165	0,295	2,235	220,26	0,88
II Завтрак												
2011		Напиток из шиповника	100	0,25	0,1	11,11	33	0,03	0,02	75	4,72	0,25
Итого за прием пищи:				0,25	0,1	11,11	33	0,03	0,02	75	4,72	0,25
Обед												
2011	18/2	Суп картофельный с лапшой	150	2,16	1,14	14,955	78,99	0,075	0,045	10,38	14,61	0,75
2011	7/9	Пюре из мяса кур (отварное)	60	9,27	6,528	2,838	107,37	0,048	0,126	1,92	30,114	0,786
2011	8/3	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,21	4,49	26,94	174,36	0,2	0,1	1,5	15,9	2,8
2011	403	Компот из изюма	150	3	2,5	15	92,37	0	0,1	27,153	71	1
2011		Хлеб пшеничный	20	0,26	0,06	23,91	53	0	0,01	0	5,58	0,13
2011		Хлеб ржаной	20	1,32	0,12	9,84	46,6	0,05	0	0	8,58	0,32
Итого за прием пищи:				1,32	0,24	6,7	34,8	0,03	0	0	7	0,78
Полдник				22,54	15,078	100,183	587,49	0,403	0,381	40,953	152,784	6,566
2011	№1	Омлет запеченный или паровой	60									
2011	11/10	Чай с лимоном	150	6,732	9	1,944	115,92	0,012	0,624	0,432	42,276	0,06
Итого за прием пищи:				0,06	0,015	9,105	35,595	0	0	1,515	2,52	0,18
				6,79	9,02	11,05	151,52	0,01	0,62	1,95	44,80	0,24
							946,05					

САД

МАДОУ № 18 "Родничок"

3 ДЕНЬ

Сборник рецептур	№ Технологической карты	Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Калорийность, К	Витамины, мг.			Минеральные	
				Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.		В 1	В 2	С	Ca	Fe
Завтрак												
2011	5/4	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200	3,98	3,81	20,64	134	0,04	0,08	0,31	70,24	0,29
2011	14/10	Кофейный напиток с молоком	200	2,9	2,64	17,18	135	0,02	0,1	0,39	83,82	0,82
2011	1/13	Батон с маслом	45	4,15	2,84	9,34	104	0	0,04	0,07	100	0,07
Итого за прием пищи:				11,03	9,29	47,16	373	0,06	0,22	0,77	254,06	1,18
II Завтрак												
2011		Напиток из шиповника	100	0,4	0,4	9,8	42,7	0,03	0	10	16	2,2
Итого за прием пищи:				0,4	0,4	9,8	42,7	0,03	0	10	16	2,2
Обед												
2011	25/2	Суп картофельный с лапшой	200	2,46	2,63	11,8	82	0,07	0,09	4,85	53,05	0,57
2011	10/7	Мясо кур отварное (порционное)	70	8,54	4,36	3	86	0,06	0,1	0,47	46,77	0,55
2011	45/3	Капуста тушеная	150	3,67	3,36	37,12	197	0,04	0,02	0	8,61	0,55
2011	4/10	Компот из изюма	200	0,23	0,01	13,76	53	0	0,01	37,56	5,58	0,13
2011		Хлеб пшеничный	30	1,32	0,12	9,84	46,6	0,05	0	0	8,58	0,32
2011		Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,05	52,1	0,05	0	0	10,5	1,17
Итого за прием пищи:				18,2	10,84	85,57	516,7	0,27	0,22	42,88	133,09	3,29
Полдник												
2011	17-2/12	Омлет запеченный или паровой	80	4,12	3,49	42,38	214	0,05	0,05	0,11	21,85	0,88
2011	11/10	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	6,75	27	0	0	0,59	1,48	0,04
Итого за прием пищи:				4,18	3,50	49,13	241,00	0,05	0,05	0,70	23,33	0,92

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575797

Владелец Стрюкова Лариса Александровна

Действителен с 15.03.2022 по 15.03.2023