

ЯСЛИ

МАДОУ № 18 "Родничок"

7 ДЕНЬ												
Сборник рецептов	№ 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	16/4	Кака ассорти (рис, пшено)	150	4,665	5,535	20,865	151,995	0,105	0,165	1,275	128,025	0,6
2011	14/10	Какао с молоком	150	3,09	2,97	18,87	101	0,02	0,09	0,39	79,4	0,08
2011	№2	Батон с маслом и сыром	35	3,9	5,1	10,9	106,56	0	0	0,08	78,7	0,08
Итого за прием пищи:				11,655	13,605	50,635	359,555	0,125	0,255	1,745	286,125	0,76
II Завтрак												
2011	187/07	Сок фруктовый	100	0,4	0,4	9,8	42,68	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	2/2	Борщ со сметаной	150	1,79	3,75	10,77	84,25	0,105	0,105	21,87	58,905	1,95
2011	11/8	Тефтели рыбные в соусе	80	6,8	3,7	6,9	87	0	0	0,4	27,8	0,4
2011	3/3	Картофельное пюре	130	2,7	3,7	19,4	117	0,04	0,06	27,13	32,2	0,9
2011	№2	Компот из кураги и изюма	150	0,36	0,045	16,5	53	0,015	0,015	0,18	11,13	0,315
2011		Хлеб пшеничный	20	1,32	0,12	9,84	46,6	0,05	0	0	8,58	0,32
2011		Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,7	34,8	0,03	0	0	7	0,78
Итого за прием пищи:				14,29	11,51	70,11	422,65	0,24	0,18	49,58	145,615	4,665
Полдник												
2011	5/12	Ватрушка с творогом	50	7,82	7,155	27,71	163	0,065	0,185	0,22	49,985	0,495
2011		Молоко	150	4,35	4,8	7,05	90	0,06	0,225	1,95	180	0,15
Итого за прием пищи:				12,17	11,96	34,76	253,00	0,13	0,41	2,17	229,99	0,65
							1077,90					

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575797

Владелец Стрюкова Лариса Александровна

Действителен с 15.03.2022 по 15.03.2023