

Согласовано
Председатель родительского комитета
Арсентьева Ольга Александровна (подпись)

(ФНО)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Иванова Е.В.,



№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
День 1							
2	ЗАВТРАК	суп молочный	200	6,13	7,79	29,67	213,00
7	ЗАВТРАК	хлеб пшеничный	40	4,60	1,60	24,55	132,50
36	ЗАВТРАК	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00
	ЗАВТРАК	булочка	100	4,74	5,64	33,30	203,40
2	ЗАВТРАК	фрукт	100	0,80	0,48	15,20	68,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			510	20,35	19,05	120,30	735,90
День 2							
9	ЗАВТРАК	омлет	200	9,96	11,70	5,08	220,15
2	ЗАВТРАК	батон	40	6,56	2,96	22,20	71,60
	ЗАВТРАК	булочка	100	4,74	5,64	33,30	203,40
9,	ЗАВТРАК	кофейный напиток	200	4,85	5,54	24,13	161,20
4	ЗАВТРАК	йогурт	150	5,02	3,01	15,01	134,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			510	31,13	28,85	99,72	790,35
День 3							
1	ЗАВТРАК	каша рисовая	200	5,63	7,57	60,66	243,30
36	ЗАВТРАК	какао с молоком	200	5,33	5,89	24,40	168,80
4	ЗАВТРАК	булочка	100	4,74	5,64	33,30	203,40
2	ЗАВТРАК	фрукт	100	0,80	0,48	15,20	68,00
2	ЗАВТРАК	батон	40	3,28	1,48	11,10	35,80
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			510	19,78	21,06	144,66	719,30
День 4							

77	ЗАВТРАК	каша пшенная на молоке	200	7,63	8,49	45,06	211,00
9,	ЗАВТРАК	кофейный напиток	200	4,85	5,54	24,13	161,20
555	ЗАВТРАК	батон с сыром и маслом	30/5/15	9,90	10,44	27,80	65,00
	ЗАВТРАК	булочка	100	4,74	5,64	33,30	203,40
4	ЗАВТРАК	печенье	60	5,02	3,01	15,01	134,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			510	32,14	33,12	145,30	774,60
День 5							
98	ЗАВТРАК	каша манная	200	5,63	5,13	39,48	224,00
36	ЗАВТРАК	какао с молоком	200	5,33	5,89	24,40	168,80
	ЗАВТРАК	булочка	100	4,74	5,64	33,30	203,40
9,	ЗАВТРАК	батон с маслом	35	4,28	4,12	15,11	50,79
2	ЗАВТРАК	фрукт	100	0,80	0,48	15,20	68,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			535	18,96	25,12	88,99	714,99
День 6							
2	ЗАВТРАК	суп молочный	200	6,13	7,79	29,67	213,00
5	ЗАВТРАК	чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,36	63,32
555	ЗАВТРАК	батон с сыром и маслом	30/5/15	9,90	10,44	27,80	65,00
	ЗАВТРАК	булочка	100	4,74	5,64	33,30	203,40
4	ЗАВТРАК	печенье	60	5,02	3,01	15,01	134,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			505	16,55	19,96	34,05	678,72
День 7							
9	ЗАВТРАК	запеканка творожная со сметаной	200	9,96	11,70	5,08	220,15
36	ЗАВТРАК	какао с молоком	200	5,33	5,89	24,40	168,80
	ЗАВТРАК	йогурт	150	5,02	3,01	15,01	134,00
	ЗАВТРАК	булочка	100	4,74	5,64	33,30	203,40
2	ЗАВТРАК	фрукт	100	0,80	0,48	15,20	68,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			535	25,85	26,72	92,99	794,35
День 8							
1	ЗАВТРАК	каша рисовая	200	5,63	7,57	60,66	243,30
9,	ЗАВТРАК	батон с маслом	35	1,50	1,44	5,29	50,79
9,	ЗАВТРАК	кофейный напиток	200	4,85	5,54	24,13	161,20
	ЗАВТРАК	булочка	100	4,74	5,64	33,30	203,40
	ЗАВТРАК	печенье	60	5,02	3,01	15,01	134,00
2	ЗАВТРАК	фрукт	100	0,80	0,48	15,20	68,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			535	21,74	23,20	138,39	792,69
День 9							
77	ЗАВТРАК	каша пшенная на молоке	200	7,63	8,49	45,06	211,00
2	ЗАВТРАК	батон	50	6,56	2,96	22,20	71,60
36	ЗАВТРАК	какао с молоком	200	5,33	5,89	24,40	168,80
	ЗАВТРАК	булочка	100	4,74	5,64	33,30	203,40

4	ЗАВТРАК	фрукт	100	0,80	0,48	15,20	68,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			510	25,06	23,46	140,16	722,80
День 10							
98	ЗАВТРАК	каша манная	200	6,00	6,40	30,60	196,00
9,	ЗАВТРАК	кофейный напиток	200	4,85	5,54	24,13	161,20
4	ЗАВТРАК	печенье	60	5,02	3,01	15,01	134,00
	ЗАВТРАК	булочка	100	4,74	5,64	33,30	203,40
2	ЗАВТРАК	батон	50	6,56	2,96	22,20	71,60
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			510	27,17	23,55	125,24	766,20