

УТВЕРЖДАЮ: Заведующий
БДОУ д/с 36 Семанишина
Е.Н.



СРЕДА 1

(3-7 лет)

Наименование сборника: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, под общей ред. проф. А.Я.Перевалова, составители Перевалов А.Я., Кашина Е.В., Коровка Л. С. и др., 7-е издание с дополнениями, 2013г.
Уральский региональный центр питания, 2013г.

наименование блюда	выход блюда	№ технол огичес кой	пищевые вещества				ВИТАМИН
			б	ж	у	энергет. Калорийн ая	С
ЗАВТРАК:							
каша манная молочная жидкая	200,0	№268	4,2	5,1	16,2	127,5	1,4
хлеб с маслом	30\5	№99	1,4	10,6	6,7	127,8	0
кофейный напиток	200,0	№514	3,6	2,67	20,57	120,71	1,5
	435		9,2	18,37	43,47	376,01	2,9
2 завтрак							
сок фруктовый\фрукты	200,0	№537	1,06	0,3	20,8	90,14	4
ОБЕД:							
Свекольник со сметаной	180,0	№136	1,57	3,2	8,66	69,72	6,61
котлета из говядины	70,0	№386	10,5	8,12	8	147,08	0
макароны отварные	130,0	№ 297	3,9	0,4	20,2	100	0,01
салат из квашеной капусты с луком	50,0	№6	0,799	2,995	3,796	45,335	12,65
компот витаминиз.	200,0	№527	0,48	0	21	85,92	0,4
хлеб пшеничный	50	№114	3,6	0,5	22,5	108,9	0
хлеб ржаной	60	№115	2,5	0,5	10,5	56,5	0
	740		23,349	15,715	94,656	613,455	19,67
Полдник							
кондитерские изделия пряник	50,0	№608	2,9	2,3	32,6	162,7	0
кисломолочная продукция	200,0	№535	5,84	4,800	12,75	117,56	1,2
	250		8,74	7,1	45,35	280,26	1,2
УЖИН							
винегрет	60,0	№82	0,81	5,7	5,06	74,78	6,15
яйцо	40	№5.1	5,1	4,6	0,3	63	0
хлеб с сыром	30/15	№96	5,3	3,2	15	110	0,03
аша пшеничная	130	№129	4,53	4,13	25	155,29	
чай с сахаром	200	№ 503	0,1	0	15	60,4	0
	475		15,84	17,63	60,36	463,47	6,18
ИТОГО ЗА СУТКИ			58,189	59,115	264,636	1823,335	33,95