

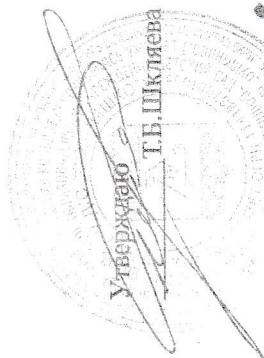
01.08.2015г

День: пятница

Неделя: вторая

Сезон: весеннее — летний

Возрастная категория: 1 - 3 года



Утверждаю

Т.В. Шкляева

| № рецеп | Прием пищи, наименование блюда    | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------|-----------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
|         |                                   |              | Б                    | Ж     | У      |                                |
|         | <b>Завтрак</b>                    |              |                      |       |        |                                |
| 84      | каша молочная "Дружба"            | 150/5        | 4,91                 | 6,25  | 26,32  | 180,83                         |
| 263     | У чай с молоком                   | 180          | 2,67                 | 2,34  | 14,31  | 89,00                          |
|         | Хлеб пшеничный                    | 20           | 1,70                 | 0,18  | 9,92   | 45,20                          |
|         | <b>Итого:</b>                     | 355          | 9,28                 | 8,77  | 50,55  | 315,03                         |
|         | <b>2 завтрак</b>                  |              |                      |       |        |                                |
| 268     | сок фруктовый                     | 100          | 1,00                 | 0,10  | 2,90   | 18,00                          |
|         | <b>Итого:</b>                     | 100          | 1,00                 | 0,10  | 2,90   | 18,00                          |
|         | <b>Обед</b>                       |              |                      |       |        |                                |
| 30      | салат из свежих помидоров         | 30           | 0,33                 | 2,06  | 1,03   | 21,84                          |
| 42      | суп крестьянский с крупой         | 150          | 1,39                 | 4,65  | 9,28   | 84,57                          |
| 153     | жаркое по-домашнему               | 190          | 21,16                | 34,25 | 24,65  | 392,02                         |
| 253     | Компот из плодов или ягод сушеных | 150          | 0,33                 | 0,01  | 20,82  | 85,50                          |
|         | Хлеб пшеничный                    | 15           | 1,30                 | 0,13  | 7,44   | 33,90                          |
|         | Хлеб ржаной                       | 15           | 1,23                 | 0,14  | 8,00   | 32,00                          |
|         | <b>Итого:</b>                     | 550          | 25,74                | 41,24 | 71,22  | 649,83                         |
|         | <b>Полдник:</b>                   |              |                      |       |        |                                |
| 251     | снежок(кисломолочный продукт)     | 150          | 4,50                 | 2,32  | 5,70   | 52,50                          |
| 315/289 | Ватрушка с творожным фаршем       | 50           | 4,91                 | 1,82  | 29,04  | 152,13                         |
|         | <b>ВСЕГО:</b>                     | 200          | 9,41                 | 4,14  | 34,74  | 204,63                         |
|         | <b>ИТОГО</b>                      | 1205         | 45,43                | 54,25 | 159,41 | 1187,49                        |

СТОИМОСТЬ: 145 = 44

01.08.2015 г

День: пятница  
Неделя: вторая  
Сезон: весеннее — летний  
Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю  
Т.Б. Шкляева

| № рецеп | Прием пищи, наименование блюда    | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------|-----------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
|         |                                   |              | Б                    | Ж     | У      |                                |
|         | <b>Завтрак</b>                    |              |                      |       |        |                                |
| 84      | каша молочная "Дружба"            | 200/5        | 6,55                 | 8,33  | 35,09  | 241,11                         |
| 263У    | чай с молоком                     | 180          | 2,67                 | 2,34  | 14,31  | 89,00                          |
|         | Хлеб пшеничный                    | 30           | 2,55                 | 0,27  | 14,89  | 67,80                          |
|         | Итого:                            | 415          | 11,77                | 10,94 | 64,29  | 397,91                         |
|         | <b>2 завтрак</b>                  |              |                      |       |        |                                |
| 268     | сок фруктовый                     | 150          | 0,08                 | 0,00  | 15,15  | 63,33                          |
|         | Итого:                            | 150          | 0,08                 | 0,00  | 15,15  | 63,33                          |
|         | <b>Обед</b>                       |              |                      |       |        |                                |
| 30      | салат из свежих помидоров         | 50           | 0,55                 | 3,43  | 1,71   | 36,40                          |
| 42      | суп крестьянский с крупой         | 180          | 1,70                 | 5,60  | 11,10  | 101,22                         |
| 153     | жаркое по-домашнему               | 220          | 24,76                | 39,98 | 28,29  | 491,49                         |
| 241     | Компот из плодов или ягод сушеных | 180          | 0,50                 | 0,00  | 25,10  | 102,41                         |
|         | Хлеб пшеничный                    | 20           | 1,70                 | 0,18  | 9,92   | 45,20                          |
|         | Хлеб ржаной                       | 20           | 1,64                 | 0,19  | 10,70  | 42,60                          |
|         | Итого:                            | 670          | 30,85                | 49,38 | 86,82  | 819,32                         |
|         | <b>Полдник:</b>                   |              |                      |       |        |                                |
| 251     | снежок (кисломолочная продук)     | 180          | 5,04                 | 5,74  | 7,36   | 101,27                         |
| 315/289 | Варушка с творожным фаршем        | 70           | 6,88                 | 2,55  | 40,65  | 212,98                         |
|         | <b>ВСЕГО:</b>                     | 250          | 11,92                | 8,29  | 48,01  | 314,25                         |
|         | <b>ИТОГО</b>                      | 1485         | 54,62                | 68,61 | 214,27 | 1594,81                        |

Стоймость: 139,20