



Утверждаю
Заведующий МБДОУ "Солнышко"
О.Н. Шадрикова
2023 год

1 неделя 5 день

ЗАВТРАК						
№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
101	Суп молочный жидкий манный	200	3,18	3,89	21,44	134
1	Бутерброд с маслом	45	2,66	8,43	16,75	153,68
411	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,1	44,44
Итого за приём:		445	5,91	12,34	49,29	332,12
ОБЕД						
45	Винегрет овощной	60	0,8	3,7	4,61	75
87	Суп с бобовыми (фасоль) на к/б	250	6,71	5,37	17,52	154
309	Макаронник с печенью	195	17,31	13,32	44,01	323,2
394	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,76	113
б/н	Хлеб пшеничный	45	3,58	0,46	21,92	105,92
Итого за приём:		750	28,84	22,87	115,82	771,12
УЖИН						
417	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,28	18,97	94,3
418	Сок фруктовый	110	0,9	0	18,18	86,8
431	Рогалик со сгущенкой	85	9,54	15,29	19,23	245,5
Итого за приём:		395	11,14	15,57	56,38	426,6
Всего за день:		1590	45,89	50,78	221,49	1529,84
Рекомендуется		1590	45,9	51	222	1530
Отклонения		0	-0,01	-0,22	-0,51	-0,16