

Школа МОУ «Сетская ОШ им. И. В. Филимонова» дошкольная разновозрастная группа

День	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры или технологической карты
				Белки	Жиры	Углеводы		
3 день	Завтрак							
	Каша рисовая вязкая	г	180	2,700	3,600	28,300	208,430	217
	Какао с молоком	г	180	3,380	5,340	18,066	94,000	462
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111
	Масло сливочное	г	7	0,1	5,8	0,08	52,88	79
	Итого завтрак:			7,68	15,32	56,726	407,71	
	Завтрак 2							
	Сок яблочный	г	150	0,8	--	18,72	75,2	
	Обед							
	Салат витаминный	г	60	2,199	2,998	4,905	37,79	2
	Суп с крупой (гречневый) на к/б	г	180	10,26	6,84	7,056	95,67	114
	3 день	Бефстроганов из отварной говядины	г	100	15	13	5,000	202
Макаронны отварные		г	150	4,186	1,81	30,098	146,02	256(23)
Сок яблочный		г	150	0,8	--	18,72	75,2	501
Хлеб ржано-пшеничный		г	30	1,980	0,360	10,200	54,300	110
Батон нарезной		г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111
Итого обед:		г	765	35,92	25,578	86,259	663,38	
Полдник								
Йогурт		г	200	10,000	6,400	17,000	174,000	517
Вафли		г	37	1,18	1,03	29,63	109,5	
Итого за полдник:		г		11,18	7,43	46,63	283,5	
Итого за день:				55,58	48,328	208,33	1429,79	