

от 15 - 3 лет на 08.02.2024г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150	7,1	4,4	17,9	136	24
	Кофейный напиток	180	0,12	-	6,8	37,6	1
	Хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Масло сливочное	5	0,1	3,8	0,1	44,6	
Итого на завтрак		360	8,4	9,4	40,6	280	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	2,1	0,1	10,15	70	
Итого на второй завтрак		150	2,1	0,1	10,15	70	
Обед	Луковый салат	40	0,8	2	6,3	57	39
	Суп картофельный с фрикадельками	150	1,65	2,45	18,55	109,4	23
	Голубцы ленивые	130	7,5	7,45	14,9	180,3	32
	Соус	25	1,05	3,05	2,95	33,7	4
	Хлеб ржаной	50	3	1,1	21,3	78,4	
	Кисель	180	0,7	-	7,05	31,2	13
Итого на обед		575	14,7	16,05	71,05	490	
Полдник	Пирожок с повидлом	50	3,8	4	16,1	107,5	51
	Молоко	180	2,5	3,05	14,35	102,5	7
Итого на полдник		230	6,3	7,05	30,45	210	
Итого за весь день:		1315	31,5	32,6	152,25	1050	

от 3- 7 лет на 08.02.2024 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша манная молочная с маслом	200	7,5	7	25,5	195	21
	Чай с молоком	200	2,12	-	10,8	58,6	33
	Хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Масло сливочное	5	0,1	3,8	0,1	44,6	
Итого на завтрак		430	10,8	12	52,2	360	
Второй завтрак	Сок фруктовый	200	2,7	0,8	13,05	90	
Итого на второй завтрак		200	2,7	0,8	13,05	90	
Обед	Салат из свеклы растительным маслом	60	3,5	7,8	15	135	58
	Суп вермишелевый на мясокостном бульоне	200	3,92	3,9	18,05	128,2	69
	Рыба тушёная с овощами	80	5	8,5	11,55	128,9	26
	Картофельное пюре	150	4,2	1,6	23,45	110,6	5
	Хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Компот из сухофруктов	200	1,2	-	7,5	65,5	6
Итого на обед		715	18,9	23	91,35	630	
Полдник	Творожная запеканка	50	3,5	2	15,3	107,5	52
	Ряженка	200	4,6	7	23,85	162,5	14
Итого на полдник		250	8,1	9	39,15	270	
Итого за весь день:		1595	40,5	44,8	195,75	1350	