

СОГЛАСОВАНО

Заведующий



Мешо 14.01 2025г

День 2

№ рецепта	Наименование блюда	Категория: дети 3-7 лет					Категория: дети 1-3 лет				
		Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал	Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак											
199	КАША ЯИЦКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	3,4	5,9	16,5	133,4	150/3	2,9	5,0	13,7	111,6
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/7	1,6	6,4	10,9	107,4	20/5	1,2	4,6	7,8	76,7
413	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,5	2,2	12,9	82,0	150	2,1	1,8	10,8	68,3
	Итого за прием пищи:	400	7,5	14,5	40,3	322,8	328	6,2	11,4	32,3	256,6
II Завтрак											
	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ	100	0,4	0,4	9,5	45,6	95	0,4	0,4	9,0	43,3
	Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,5	45,6	95	0,4	0,4	9,0	43,3
Обед											
	ОВОЩИ СОЛЕННЫЕ ()	50	0,9	0,0	1,5	11,2	40	0,7	0,0	1,2	8,9
63	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/3	1,4	4,0	9,0	80,1	150/3	1,2	3,4	7,5	67,8
303	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	70	9,1	9,4	8,5	154,3	50	6,5	6,7	6,0	110,1
179	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/3	7,3	4,3	33,2	200,7	120/3	6,8	4,2	30,7	187,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	20	1,3	0,2	8,5	40,8
390	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,0	82,0	150	0,1	0,1	10,7	68,3
	Итого за прием пищи:	676	23,1	18,3	100,0	660,5	556	18,1	14,7	80,6	530,6
Полдник											
219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	70/10	13,3	11,0	14,3	216,8	50/20	9,7	7,8	10,4	154,4
430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,0	0,0	9,7	38,7	150/7	0,0	0,0	6,8	27,1
	Итого за прием пищи:	270	13,3	11,0	24,0	255,5	212	9,7	7,8	17,2	181,5
	Всего за день:		44,3	44,3	173,8	1 284,4		34,4	34,3	139,1	1 012,0

Индивидуальный предприниматель

Петросян А.М.

