

14.07.2025г.

Заведующий

Утверждаю

Н.Н.Матыцина

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		Витамин С		№ рецептуры
		1,5 - 3	3 - 7 лет	Б		Ж		У		1,5 - 3	3 - 7 лет	1,5 - 3	3 - 7 лет	
День 6		1,5 - 3	3 - 7 лет	1,5 - 3	3 - 7 лет	1,5 - 3	3 - 7 лет	1,5 - 3	3 - 7 лет	1,5 - 3	3 - 7 лет	1,5 - 3	3 - 7 лет	
завтрак:	Вермишель молочная	150	200	5,24	7,64	7,49	8,85	18,01	28,26	159,91	223,4	1,95	2,6	93
	Чай со сгущенным молоком	150/4	180/4	1,9	2,5	1,7	2,3	10,7	14,2	63,5	84,7	1,2	1,2	394
	Бутерброд с повидлом	20\10	30\10	3,6	5,1	5,4	7	9,7	14,6	106	145	0,14	0,19	3
2-й завтрак	Сок	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	10	10	46	46	2	2	134
	Напиток витаминизированный "Витошка"		50						5		19			135
<b>Итого за завтрак</b>		<b>405</b>	<b>495</b>	<b>11,24</b>	<b>15,74</b>	<b>14,69</b>	<b>18,25</b>	<b>48,41</b>	<b>67,06</b>	<b>375,41</b>	<b>499,1</b>	<b>5,29</b>	<b>5,99</b>	
обед	Огурец свежий порцией	30	50	0,49	0,73	3,03	5,05	2,62	3,92	39,62	63,86	3,25	4,85	36
	Суп "Крестьянский" на мясном бульоне	150	200	1,65	2,2	1,78	2,5	12,29	16,4	72,05	96,95	11,1	13,2	80
	Ленивые голубцы с мясом	120	150	10,8	10,8	10,8	12,4	10	11,6	135,4	196,6	29,2	33,7	298
	Кисель плодово-ягодный	150	200	0	0	0	0	17,3	23	69	92	18,8	25	122
	Хлеб пшеничный	40	50	1,6	1,9	0,01	0,02	4,8	12	47,2	58,9	0	0	15
	Хлеб ржаной	30	40	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	0	0	15a
<b>Итого за обед</b>		<b>520</b>	<b>690</b>	<b>17,14</b>	<b>18,83</b>	<b>16,12</b>	<b>20,57</b>	<b>60,01</b>	<b>83,12</b>	<b>430,87</b>	<b>592,81</b>	<b>62,35</b>	<b>76,75</b>	
полдник	Плов с изюмом	90	100	5,2	5,6	8,3	8,8	28,6	30,5	165,7	224,8	0,2	0,2	449
	Чай с сахаром	150	180	1,9	2,5	1,7	2,3	10,7	14,2	63,5	84,7	1,2	1,2	394
	Печенье	20	20	0,8	0,8	5	5	10	10	60	60	0,1	0,1	10.9.1.4
<b>Итого за полдник</b>		<b>260</b>	<b>300</b>	<b>7,9</b>	<b>8,9</b>	<b>15</b>	<b>16,1</b>	<b>49,3</b>	<b>54,7</b>	<b>289,2</b>	<b>369,5</b>	<b>1,5</b>	<b>1,5</b>	
<b>итого за весь день</b>		<b>1185</b>	<b>1485</b>	<b>36,28</b>	<b>43,47</b>	<b>45,81</b>	<b>54,92</b>	<b>157,72</b>	<b>204,88</b>	<b>1095,48</b>	<b>1461,41</b>	<b>69,14</b>	<b>84,24</b>	