

21.01.2025г.

Заведующий

Утверждаю

Н.Н.Матыцина

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		Витамин С		№ рецептуры
				Б		Ж		У						
		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	
<i>завтрак:</i>	Каша «Сборная» молочная	150	180	3,4	5,6	5,6	8,7	27,9	47,7	80,2	106,9	1,2	1,4	168
	Бутерброд с маслом и сыром	20\5\6	30\5\6	3,6	5,1	5,4	7	9,7	14,6	106	145	0,14	0,19	3
	Кофейный напиток с молоком	150	180	0	0	0	0	6,9	9,9	26,5	37,9	1,1	1,1	393
<i>2-й завтрак</i>	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
<i>Итого за завтрак</i>		431	501	7,5	11,2	11,1	15,8	54,5	82,2	258,7	335,8	4,44	4,69	
<i>обед:</i>	Салат из моркови	40	60	0,5	0,7	3,2	4,3	3,5	4,7	45,4	60,5	8,6	11,4	5
	Суп рыбный из консервов	150	200	8,5	11,3	3,6	4,7	9,9	13,2	107,7	141,5	9,2	12,2	44
	Каша гречневая рассыпчатая	110	150	2,85	4,37	3,59	5,41	19,82	30,39	125,14	191	0	0	15
	Подлива из курицы	60	70	16,94	16,94	8,02	8,02	9,15	9,15	181,59	181,59	15,19	15,19	49
	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	5,4	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	15а
<i>Итого за обед</i>		470	620	30,14	34,04	15,33	17,64	57,65	71,65	518,49	618,99	51,79	63,79	
<i>полдник</i>	Пудинг из творога с рисом со сгущенным молоком	100\20	120\30	4,2	5	6,7	8,1	26,6	31,9	185,1	222,2	0,3	0,4	76
	Чай с сахаром и лимоном	150\4	180\4	0	0	0	0	6,9	9,9	26,5	37,9	1,1	1,1	393
<i>Итого за полдник</i>		274	334	4,2	5	6,7	8,1	33,5	41,8	211,6	260,1	1,4	1,5	
<i>Итого за весь день</i>		1175	1455	41,84	50,24	33,13	41,54	145,65	195,65	988,79	1214,89	57,63	69,98	