

22.05.2025г.

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	
завтрак:	Каша пшениная молочная	150	200	5,4	7,1	7,3	8,5	20,1	26,3	167,1	208,8	1,6	2,2	70
	Кофейный напиток со сгущенным молоком	150\4	180\4	0	0	0	0	6,9	9,9	26,5	37,9	1,1	1,1	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
Итого за завтрак		429	519	9,5	12,7	12,8	15,6	46,7	60,8	345,6	437,7	4,84	5,49	
обед:	Салат из репчатого лука	30	50	0, 7	0, 9	2	3	4,8	7,2	38,9	58,4	4,2	6,3	11
	Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне	150\9	200\11	1,9	2,6	3,9	5	11,8	15,4	90,9	174,5	15,4	20,7	34
	Рагу овощное	130	150	2,14	2,46	3,8	4,3	13	15	93,6	107,5	22,9	26,7	344
	Тефтели мясные	130	150	2,14	2,46	3,8	4,3	13	15	93,6	107,5	22,9	26,7	344
	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	15а
Итого за обед		539	701	19,44	24, 42	10,21	12,92	64,7	88,8	407,2	575,8	61,3	78,7	
полдник	Омлет натуральный	75	100	5,8	7,8	6,7	9,1	2,4	3,2	93,6	124,9	0,1	0,3	79
	Чай с сахаром	150	180	1,7	2	1,9	2,3	14,2	17	85	102	0,35	0,35	252
	Печенье	60	60	1,5	1,5	0,1	0,1	19,2	19,2	89	89	10	10	368
Итого за полдник		285	360	9	11, 3	8,7	11,5	35,8	39,4	267,6	315,9	10,45	10,65	
Итого за весь день		1253	1580	37,94	50, 92	31,71	40,02	147,2	189	1020,4	1329,4	76,59	94,84	