|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес блюда** | | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **№ рецептуры** |
| Ясли | Сад | Б | Ж | У |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша пшенная молочная | 180 | 200 | 5,23 | 6,035 | 23,527 | 168,16 | 273 |
| Чай | 180 | 200 | - | - | 14,928 | 56,11 | 502 |
| Булка с маслом сливочным | 30/5 | 30/5 | 2,48 | 21,84 | 15,06 | 271,2 | 117,111 |
| **Второй завтрак:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Яблоко | 94 | 94 | 0,2 | - | 5,65 | 23 | 118 |
| **Итого за завтрак:** | **475** | **515** | **7,91** | **27,875** | **59,165** | **518,47** |  |
| **ОБЕД:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из свеклы с черносливом,растительным маслом | 40 | 50 | 0,9 | 3,03 | 4,227 | 46,55 | 12 |
| Суп из рыбных консервов «Сайра» | 180 | 200 | 7,655 | 3,895 | 21,635 | 152,52 | 107 |
| Котлета из мяса курицы | 70 | 70 | 13,17 | 5,74 | 5,64 | 138,22 | 386 |
| Макароны отварные | 115 | 115 | 2,334 | 2,543 | 12,314 | 82,66 | 297 |
| Компот из слив | 150 | 200 | 0,23 | - | 21,485 | 82,5 | 531 |
| Хлеб ржаной | 40 | 42 | 5,2 | 1,2 | 16,0 | 100,0 | 115 |
| **Итого за обед:** | **590** | **665** | **29,313** | **16,388** | **81,301** | **565,05** |  |
| **ПОЛДНИК:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Кисель | 150 | 180 | 0,02 | - | 28,35 | 111,4 | 516 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 28 | 1,62 | 0,2 | 9,76 | 48,4 | 117 |
| **Итого за полдник:** | **170** | **208** | **9,8656** | **12,839** | **60,5722** | **397,02** |  |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **1222** | **1380** | **47,0886** | **57,102** | **168,285** | **1480,54** |  |