

Неделя 1 день 5											
Наименование блюда	До 3-х лет					От 3-х до 7-ми лет					№ рецептуры
	Выход блюда (г)	Пищевые вещества(г)			Энерг. цен-ть ккал	Выход блюда (г)	Пищевые вещества(г)			Энерг. цен-ть ккал	
		белки	жиры	угл.			белки	жиры	угл.		
завтрак											
Молочная рисовая каша	150	3,71	4,55	13,97	11,41	200	5,12	6,62	32,61	210,5	67(1)
Хлеб пшеничный со сливочным маслом,сыром	20/8/8	3,86	10,06	9,83	146,35	20/10/10	1,68	7,46	9,83	113,18	
Чай с сахаром, лимоном	150			7,99	29,05	200			9,99	39,96	184(1)
Итого:		9,19	23,81	41,55	354,8	430	6,8	14	52,43	363,64	
второй завтрак											
Сок (свежие фрукты)	200	1		22,2	92,8	200	1		22,2	92,8	
обед											
Борщ вегетарианский	150	6,28	10,1	7,49	145,65	200	1,52	5,33	8,65	88,65	17(1)
Омлет натуральный	150	13,08	20,84	3,52	255,35	150	13,08	20,84	3,52	253,96	340(3)
Салат из свеклы	50	0,7	5,04	4,61	66,6	50	0,7	5,04	4,61	66,6	15(1)
Компот из сухофруктов (свежих фруктов)	150	0,42		20,92	85,34	200	0,56		27,89	113,8	168(1)
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	30	1,98	0,36	10,02	51,24	
Хлеб пшеничный	20	2,43	0,3	14,64	72,6	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
Итого:		25,36	19,74	68,69	547,63	650	19,36	31,73	63,53	621,13	
уплотнённый полдник											
Рыба тушеная с овощами	100	10,36	5,73	5,34	114,34	70	7,25	4	3,74	79,96	88(1)
Картофель пюре	80	4,04	3,23	12,42	85,58	130	2,77	5,25	20,19	139,09	142(1)
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,4	19,52	96,8	40	3,24	0,4	19,52	94,64	
Кефир	150	4,2	4,04	6,14	84,39	200	5,6	6,38	8,18	112,54	
Вафля	20	1,9	2	13,68	82,33	20	0,8	6,2	12,6	109,4	
Итого:		6,01	6,04	19,82	166,72	460	19,66	22,23	64,23	535,63	
Всего за 5-й день:		41,56	49,59	152,26	1162		47	68	202	1613	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430285

Владелец Марина Александровна Семкова

Действителен с 15.04.2024 по 15.04.2025