|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес блюда** | | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **№ рецептуры** |
| ясли | сад | Б | Ж | У |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша гречневая с маслом, сахаром | 120 | 120 | 3,83 | 5,30 | 23,975 | 311,2 | 242 |
| Чай с лимоном | 150 | 180 | 0,009 | - | 14,964 | 56,42 | 504 |
| Булка с маслом сливочным | 30/5 | 30/5 | 2,48 | 21,84 | 15,06 | 271,2 | 117,111 |
| **Второй завтрак:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок | 50 | 50 | 0,05 | 0,065 | 5,55 | 23,0 | 112 |
| **Итого за завтрак:** | **355** | **385** | **6,369** | **27,205** | **59,549** | **661,82** |  |
| **ОБЕД:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Огурец соленый порционно | 30 | 50 | 0,40 | 0,05 | 0,85 | 5,5 | 18 |
| Суп рисовый на курином бульоне | 180 | 200 | 5,97 | 4,91 | 20,71 | 149,92 | 204 |
| Макароны с отварным мясом кур | 140 | 140 | 16,894 | 8,703 | 12,734 | 198,16 | 412 |
| Компот из слив | 150 | 200 | 0,23 | - | 21,485 | 82,5 | 531 |
| Хлеб ржаной | 40 | 40 | 5,2 | 1,2 | 16,0 | 100,0 | 115 |
| **Итого за обед:** | **580** | **670** | **31,985** | **25,38** | **97,782** | **728,69** |  |
| **ПОЛДНИК:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Чай | 180 | 200 | - | - | 14,928 | 56,11 | 502 |
| Яйцо вареное | ½ (30) | ½ (30) | 3,81 | 3,45 | 0,21 | 47,1 | 306 |
| Хлеб ржаной | 20 | 20 | 2,6 | 0,6 | 8,0 | 50 | 115 |
| **Итого за полдник:** | **390** | **440** | **11,539** | **10,249** | **76,927** | **444,61** |  |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **1325** | **1495** | **49,893** | **62,834** | **234,258** | **1835,12** |  |