|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **№ рецептуры** |
| ясли | сад | Б | Ж | У |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша геркулесовая молочная | 150 | 180 | 6,88 | 8,215 | 24,217 | 198,96 | 272 |
| 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:** |  |  |  |  |  |  |  |
| мандарин | 60 | 70 | 1,5 | - | 21,8 | 95 | 118 |
| **Итого за завтрак**: | **465** | **515** | **10,86** | **30,055** | **76,005** | **621,27** |  |
| **ОБЕД:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Огурец соленый порционно | 30 | 50 | 0,40 | 0,05 | 0,85 | 5,5 | 18 |
| Суп гречневый на курином бульоне | 180 | 200 | 15,895 | 6,315 | 14,195 | 130,93 | 72 |
| Рисовая зраза с мясом кур  | 135 | 135 | 18,915 | 17,045 | 34,175 | 362,6 | 5 |
| Соус | 20 | 20 | 0,64 | 0,07 | 4,28 | 20,7 | 462 |
| Компот лимона и изюма | 150 | 200 | 0,09 | - | 15,285 | 59,2 | 531 |
| Хлеб ржаной | 40 | 40 | 5,2 | 1,2 | 16,0 | 100,0 | 115 |
| **Итого за обед:** | **555** | **625** | **41,39** | **29,63** | **88,03** | **732,38** |  |
| **ПОЛДНИК:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Кисель | 150 | 180 | 0,02 | - | 28,35 | 111,4 | 516 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 20 | 1,34 | 0,14 | 10,06 | 48,0 | 117 |
| **Итого за полдник:**  | **320** | **380** | **6,035** | **17,95** | **74,292** | **477,76** |  |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **1340** | **1525** | **58,285** | **77,635** | **238,327** | **1831,41** |  |