|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес блюда** | | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **№ рецептуры** |
| Ясли | Сад | Б | Ж | У |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша гречневая с молоком | 180 | 200 | 5,72 | 5,785 | 30,277 | 192,16 | 56 |
| Чай | 180 | 200 | - | - | 14,928 | 56,11 | 502 |
| Булка с маслом сливочным | 20/5 | 30/5 | 2,48 | 21,84 | 15,06 | 271,2 | 117,111 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Яблоко | 60 | 62 | 0,115 | - | 13,23 | 50,6 | 531 |
| **Итого за завтрак:** | **495** | **535** | **8,315** | **27,625** | **73,495** | **570,07** |  |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп картофельный с рисом на курином бульоне | 180 | 200 | 10,455 | 6,895 | 17,205 | 172,92 | 154 |
| Бризоли из печени | 60 | 60 | 19,085 | 15,635 | 37,945 | 373,95 | 718 |
| Рис отварной | 110 | 110 | 2,80 | 6,505 | 30,582 | 188,06 | 246 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 200 | 0,18 | - | 22,015 | 83,7 | 531 |
| Хлеб ржаной | 20 | 50 | 5,2 | 1,2 | 16,0 | 100,0 | 115 |
| **Итого за обед:** | **590** | **670** | **32,219** | **16,418** | **73,854** | **581,9** |  |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |
| Кисель | 150 | 180 | - | - | 14,928 | 18,71 | 502 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 24 | 2,43 | 0,09 | 14,64 | 72,6 | 117 |
| **Итого за полдник:** | **170** | **204** | **16,975** | **35,97** | **44,783** | **530,26** |  |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **1295** | **1475** | **57,509** | **80,013** | **192,132** | **1682,23** |  |