|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **№ рецептуры** |
| ясли | сад | Б | Ж | У |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |
| Творожная запеканка со сладкой подливой | 90/20 | 90/20 | 15,24 | 10,285 | 41,547 | 320,46 | 231 |
| 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:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Компот из кураги | 100 | 100 | 0,115 | - | 13,23 | 50,6 | 531 |
| **Итого за завтрак**: | **395** | **435** | **17,844** | **32,125** | **84,765** | **698,37** |  |
| **ОБЕД:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп рисовый на курином бульоне  | 180 | 200 | 6,565 | 5,125 | 21,755 | 159,12 | 201 |
| Гуляш мяса куриных грудок  | 70 | 70 | 17,555 | 9,055 | 35,06 | 283,67 | 373 |
| Гречка отварная | 120 | 120 | 5,07 | 3,495 | 24,882 | 51,16 | 243 |
| Компот изюма | 150 | 200 | 0,18 | - | 22,015 | 83,7 | 531 |
| Хлеб ржаной | 20 | 53 | 5,2 | 1,2 | 16,0 | 100,0 | 115 |
| **Итого за обед:** | **460** | **580** | **35,399** | **16,343** | **70,924** | **574,05** |  |
| **ПОЛДНИК:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Какао с молоком | 150 | 180 | 0,009 | - | 14,964 | 56,42 | 504 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 27 | 1,62 | 0,2 | 9,76 | 48,4 | 117 |
| **Итого за полдник:** | **170** | **207** | **1,629** | **0,2** | **24,724** | **104,82** |  |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **1025** | **1215** | **54,872** | **45,638** | **175,763** | **1377,24** |  |