|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес блюда** | | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **№ рецептуры** |
| ясли | сад | Б | Ж | У |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |
| Рыбная котлета | 90 | 90 | 13,915 | 3,67 | 5,285 | 127,47 | 351 |
| Хлеб ржаной | 20 | 20 | 2,6 | 0,6 | 8,0 | 50 | 115 |
| Чай | 150 | 180 | 0,009 | - | 14,964 | 56,42 | 504 |
| Булка с маслом сливочным | 20/5 | 30/5 | 2,48 | 21,84 | 15,06 | 271,2 | 117,111 |
| **Второй завтрак:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Компот лимонный | 100 | 100 | 0,02 | - | 28,35 | 111,4 | 516 |
| **Итого за завтрак**: | **365** | **405** | **19,184** | **27,16** | **66,219** | **614,64** |  |
| **ОБЕД:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Огурец соленый порционно | 40 | 41 | 0,40 | 0,05 | 0,85 | 5,5 | 18 |
| Суп гречневый на курином бульоне | 180 | 200 | 8,565 | 5,235 | 27,245 | 193,52 | 413 |
| Картофель по-домашнему с мясом курицы | 130 | 150 | 18,535 | 9,885 | 30,775 | 286,52 | 6 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 200 | 0,18 | - | 22,015 | 83,7 | 531 |
| Хлеб ржаной | 20 | 52 | 5,2 | 1,2 | 16,0 | 100,0 | 115 |
| **Итого за обед:** | **510** | **640** | **28,594** | **14,813** | **72,359** | **536,78** |  |
| **ПОЛДНИК:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 180 | - | - | 14,928 | 56,11 | 502 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 31 | 1,62 | 0,2 | 9,76 | 48,4 | 117 |
| **Итого за полдник:** | **170** | **211** | **7,94** | **9,535** | **55,405** | **333,67** |  |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **1055** | **1265** | **55,718** | **51,508** | **193,983** | **1485,09** |  |