|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес блюда** | | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **№ рецептуры** |
| Ясли | Сад | Б | Ж | У |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |
| Пудинг манный со сладкой подливой | 70/20 | 70/20 | 13,879 | 9,61 | 31,776 | 266,55 | 613 |
| Чай | 180 | 200 | 3,143 | 3,35 | 19,727 | 118,99 | 508 |
| Булка с маслом сливочным | 20/5 | 30/5 | 2,48 | 21,84 | 15,06 | 271,2 | 117,111 |
| **Второй завтрак:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Банан | 125 | 125 | 0,027 | - | 10,058 | 38,33 | 528 |
| **Итого за завтрак:** | **395** | **425** | **19,9** | **87,13** | **76,621** | **695,07** |  |
| **Обед:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Свежий помидор порционно | 35 | 35 | 1,66 | 3,05 | 4,48 | 51,07 | 2 |
| Свекольник на курином бульоне со сметаной | 180 | 200 | 7,36 | 6,15 | 21,9 | 173,19 | 136 |
| Гуляш мяса куриных грудок | 70 | 70 | 17,555 | 9,055 | 35,06 | 283,67 | 373 |
| Рис отварной | 100 | 100 | 2,80 | 6,505 | 30,582 | 188,06 | 246 |
| Компот изюма | 150 | 200 | 0,18 | - | 22,015 | 83,7 | 531 |
| Хлеб ржаной | 20 | 70 | 5,2 | 1,2 | 16,0 | 100,0 | 115 |
| **Итого за обед:** | **570** | **670** | **30,47** | **16,405** | **95,425** | **643,06** |  |
| **Полдник:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Какао с молоком | 150 | 180 | - | - | 14,928 | 56,11 | 502 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 34 | 1,62 | 0,2 | 9,76 | 48,4 | 117 |
| **Итого за полдник:** | **170** | **214** | **1,62** | **0,2** | **24,688** | **104,51** |  |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **1135** | **1295** | **51,99** | **103,735** | **196,734** | **1442,64** |  |