|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес блюда** | | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **№ рецептуры** |
| Ясли | Сад | Б | Ж | У |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша манная молочная | 180 | 200 | 6,44 | 7,175 | 25,497 | 194,16 | 268 |
| Чай с молоком | 180 | 200 | 1,45 | 1,6 | 17,278 | 86,11 | 13 |
| Булка с маслом сливочным | 20/5 | 30/5 | 2,48 | 21,84 | 15,06 | 271,2 | 117,111 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Компот из чернослива | 100 | 100 | 0,26 | - | 13,245 | 51 | 531 |
| **Итого за завтрак:** | **485** | **535** | **21,435** | **27,285** | **63,508** | **814,61** |  |
| **ОБЕД:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из свежих огурцов, помидоров с растит. маслом | 70 | 70 | 0,35 | - | 0,9 | 5 | 18 |
| Щи со свежей капустой на курином бульоне | 180 | 200 | 7,155 | 5,125 | 17,155 | 143,62 | 147 |
| Макароны с отварным мясом кур | 150 | 150 | 16,894 | 8,703 | 12,734 | 198,16 | 412 |
| Компот из лимона | 150 | 200 | 0,09 | - | 15,285 | 59,2 | 528 |
| Хлеб ржаной | 72 | 72 | 5,2 | 1,2 | 16,0 | 100,0 | 115 |
| **Итого за обед:** | **540** | **660** | **31,745** | **16,875** | **83,945** | **612,39** |  |
| **ПОЛДНИК:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Кофейный напиток | 150 | 180 | 1,51 | 1,625 | 18,059 | 89,7 | 513 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 35 | 1,62 | 0,2 | 9,76 | 48,4 | 117 |
| **Итого за полдник:** | **170** | **215** | **1,64** | **0,2** | **38,11** | **159,8** |  |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **1275** | **1475** | **54,82** | **44,36** | **185,563** | **1586,8** |  |