|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес блюда** | | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **№ рецептуры** |
| ясли | сад | Б | Ж | У |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша гречневая с маслом, сахаром | 100 | 120 | 3,83 | 5,30 | 23,975 | 311,2 | 242 |
| Чай | 150 | 180 | - | - | 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:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок | 90 | 101 | 0,05 | 0,065 | 5,55 | 23,0 | 112 |
| **Итого за завтрак**: | **405** | **435** | **17,585** | **32,96** | **68,47** | **637,02** |  |
| **ОБЕД:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп вермишелевый на курином бульоне | 180 | 200 | 5,97 | 4,91 | 20,71 | 149,92 | 204 |
| Плов рисовый с мясом курицы | 150 | 150 | 17,465 | 13,465 | 31,825 | 314,62 | 411 |
| Компот из кураги | 150 | 200 | 0,23 | - | 21,485 | 82,5 | 531 |
| Хлеб ржаной | 20 | 60 | 5,2 | 1,2 | 16,0 | 100,0 | 115 |
| **Итого за обед:** | **525** | **635** | **31,985** | **25,38** | **97,782** | **728,69** |  |
| **ПОЛДНИК:** |  |  |  |  |  |  |  |
| Кисель | 150 | 180 | 1,22 | 1,305 | 17,589 | 83,3 | 513 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 30 | 1,62 | 0,2 | 9,76 | 48,4 | 117 |
| **Итого за полдник:** | **170** | **210** | **11,539** | **10,249** | **76,927** | **444,61** |  |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **1130** | **1310** | **49,893** | **62,834** | **234,258** | **1835,12** |  |