

День: среда

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет

16.04.25



Утверждаю:

Заведующий
Посинина ЕВ

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	порции (грамм ы)	Пищевые вещества (г)			(кка л)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
230	Омлет натуральный с сыром	120	13,9	15,74	2,14	205
	Кукуруза консервирован.	30	0,86	-	2,1	11
416	Какао с молоком	200	3,12	2,66	14,17	93
	Хлеб пшеничный	40	3,16	1,32	23,92	115
507	Масло сливочное	6	0,05	5,5	-	49
	2 завтрак					473
386	Фрукты (яблоко, груша)	100	0,4	-	9,8	41
	Обед					
91/1 28	Суп картофельный с клецками	200	5,38	4,32	17,67	135
311	Запеканка из печени с рисом со сметаной	180/30	22,4 7	9,14	24,73	371
	Овощи по сезону	50	0,5	0,7	1,9	15
394	Компот из с/фруктов	200	0,47	-	11,63	48
	Хлеб ржаной	50	2,34	0,36	19,6	92
	Полдник					661
419/	Молоко кипяченое	200	4,42	5,1	7,42	92
507	Вафли	50	2,45	3,93	21,06	129
						221
	Ужин					
261	Рыба тушеная с овощам	80/30	6,8	4,5	3,2	94
339	Пюре картофельное	150	3,2	5,4	21,4	146
412	Чай с лимоном	200	-	-	10,02	40
	Хлеб пшеничный	40	3,16	1,32	23,92	115
						395
	ИТОГО:		62,9	69,6	251,7	1791