

Утверждаю
И.о.заведующего



Саркисян Л.М.

День: четверг 03.07.2025г

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет

№ рецепт	Прием пищи, наименование блюда	порции (гр)	Пищевые вещества (г)			(ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
182	Каша молочная рисовая	200	6,17	7,57	23,27	185
413	Чай с молоком	200	2,6	2,8	10	75
	Хлеб пшеничный	40	3,16	1,32	23,92	115
507	Масло сливочное	6	0,05	6,59	0,04	59
						434
	2 завтрак					
386	Фрукты (яблоко)	100	0,4	0,0	9,8	40
	Обед					
90	Суп картофельный с рыбой	200	2,87	6,01	12,24	125
293	Гуляш из отварного мяса	50/30	13,71	12,52	16,65	149
330	Каша рассыпчатая пшеничная	130	7,45	5,28	33,48	211
	Овощи свежие по сезону	50	0,5	0,7	1,9	15
394	Компот из с/ фруктов	200	0,47	-	11,63	98
	Хлеб ржаной	50	2,34	0,36	19,6	92
						690
	Полдник					
420	Йогурт	190	4,42	5,1	7,42	92
	Хлебобулочные изделия	50	2,22	3,0	22,86	113
						59
	Ужин					
245	Сырники со сгущ. мол.	150/20	25,2	5,74	30,38	260
411	Чай с сахаром	200	-	-	9,99	40
507	Печенье	40	2,9	4,7	24,53	152
	ИТОГО:		75,1	61,7	259,8	1841