

Утверждаю
И.о.заведующего



Саркисян Л.М.

Саркисян Л.М.

День: пятница 04.07.2025г

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 гречневая	200	5,6	6,66	23,93	172
414	Кофейный напиток на молоке	200	2,85	2,41	14,36	91
	Хлеб пшеничный	40	3,16	1,32	23,92	115
507	Масло сливочное	6	0,05	6,59	0,04	59
507	Сыр	10	2,47	2,88	-	36
	2 завтрак					473
386	Фрукты	100	0,4	0,0	9,8	49
	Обед					
83	Суп картофельный с яйцом	200	1,67	5,06	14,58	114
309	Макароны, запеченные с мясом	220	19,3 2	14,68	20,26	302
	Овощи свежие по сезону	50	0,5	0,7	1,9	15
400	Кисель	200	1,36	-	13,11	52
	Хлеб ржаной	50	2,34	0,36	19,6	92
	Полдник					575
420	Молоко кипяченое	200	4,42	5,1	7,42	92
452	Булочка сдобная	60	5,97	7,2	28,86	196
						247
	Ужин					
261	Рыба, тушеная с овощами	70/30	6,14	4,5	3,2	94
336	Картофель отварной	120	3,2	5,4	21,4	146
412	Чай с лимоном	200	-	-	10	40
	Хлеб пшеничный	40	3,16	1,32	23,92	115
						447
	ИТОГО:		61,9	64,2	238,4	1791