

Утверждаю
Заведующий

Иванова Е.В.



День: четверг 28.08. 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
	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