

На « 18 » июня 2025г.

| <u>Приём<br/>пищи</u>                 | <u>Наименование<br/>блюда</u> | <u>Вес блюда</u>      |                    | <u>Пищевые вещества</u> |             |                 | <u>Энергети<br/>ческая<br/>ценность</u> | <u>№<br/>рецепт<br/>уры</u> |
|---------------------------------------|-------------------------------|-----------------------|--------------------|-------------------------|-------------|-----------------|-----------------------------------------|-----------------------------|
|                                       |                               | <u>1,5-3<br/>года</u> | <u>3-7<br/>лет</u> | <u>белки</u>            | <u>жиры</u> | <u>углеводы</u> |                                         |                             |
| <b><u>завтрак</u></b>                 | Сыр твердых сортов            | 5                     | 10                 | 1,2-2,3                 | 1,5-3       | 0-0             | 17,9-35,8                               |                             |
|                                       | Масло сливочное порциями      | 5                     | 7                  | 0-0,1                   | -3,6-5,1    | 0,1-0,1         | 33-46,3                                 | Пром                        |
|                                       | Хлеб пшеничный                | 20                    | 25                 | 1,5-1,9                 | 0,2-0,2     | 9,8-12,3        | 46,9-58,6                               | Пром                        |
|                                       | Суп молочный с рисом          | 150                   | 200                | 3,7-4,9                 | 3,4-4,5     | 13,8-18,4       | 100,1-133,5                             | 54 -18к                     |
|                                       | Какао с молоком               | 180                   | 180                | 3,1-3,1                 | 2,3-2,3     | 9,9-9,9         | 72,9-72,9                               | 54 -21гн                    |
|                                       |                               |                       |                    |                         |             |                 |                                         |                             |
| <b><u>Итого:</u></b>                  |                               | 360                   | 422                | 9,5-12,3                | 11-15,1     | 33,6-42,5       | 270,8-345,6                             |                             |
| <b><u>Второй<br/>завтрак</u></b>      | Сок Фруктовый                 | 150                   | 180                | 0,4-0,5                 | 0,1-0,1     | 9,1-10,1        | 41,3-43,3                               |                             |
| <b><u>Итого:</u></b>                  |                               | 150                   | 180                | 0,4-0,5                 | 0,1-0,1     | 9,1-10,1        | 41,3-43,3                               |                             |
| <b><u>обед</u></b>                    | Салат из свеклы отварной      | 40                    | 60                 | 0,8-0,8                 | 2,7-2,7     | 4,6-4,6         | 45,7-45,7                               | 54 -13з                     |
|                                       | Суп с клецками                | 150                   | 180                | 3,5-3,5                 | 2,5-2,5     | 8,5-8,5         | 70,2-70,2                               | 54 -6с                      |
|                                       | Жаркое по домашнему           | 180                   | 200                | 18,1-20,1               | 16,9-18,8   | 15,5-17,2       | 286,1-317,9                             | 54 -9м                      |
|                                       | Хлеб ржаной                   | 55                    | 73                 | 3,6-4,8                 | 0,7-0,9     | 18,4-24,4       | 93,9-124,7                              | 54 -1хн                     |
|                                       | Компот                        | 150                   | 180                | 0,4-0,4                 | 0-0         | 14,8-17,8       | 60,7-72,9                               | Пром                        |
|                                       |                               |                       |                    |                         |             |                 |                                         |                             |
| <b><u>Итого:</u></b>                  |                               | 595                   | 693                | 14,62-18,9              | 18,7-23     | 71,05-91,35     | 490-630                                 |                             |
| <b><u>полдн<br/>ик</u></b>            | Творожник песочный            | 50                    | 70                 | 5,99-5,99               | 6,4-6,45    | 20,2-20,17      | 162,6-162,6                             | 54 -15в                     |
|                                       | Молоко                        | 150                   | 200                | 4,4-5,8                 | 3,8-5       | 7,2-9,6         | 80-106,6                                | Пром                        |
| <b><u>Итого:</u></b>                  |                               | 200                   | 270                | 10,39-11,79             | 10,2-11,45  | 27,4-29,77      | 242,6-269,2                             |                             |
| <b><u>Итого за весь<br/>день:</u></b> |                               | 1285                  | 1565               | 46,69-54,19             | 44,1-51,55  | 131,9-154,87    | 1111,3-1289,5                           |                             |



