

На «24» марта 2025г.

| Приём пищи                 | Наименование блюда                  | Вес блюда  |         | Пищевые вещества |           |              | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------------|-------------------------------------|------------|---------|------------------|-----------|--------------|-------------------------|-------------|
|                            |                                     | 1,5-3 года | 3-7 лет | белки            | жиры      | углеводы     |                         |             |
|                            |                                     |            |         |                  |           |              |                         |             |
| <b>завтрак</b>             | Сыр твердых сортов в нарезке        | 5          | 10      | 1,2-1,4          | 1,5-1,8   | 0-0          | 17,9-21,5               | 54-1з       |
|                            | Масло сливочное                     | 5          | 7       | 0-0,1            | 3,6-5,1   | 0,1-0,1      | 33-46,3                 | Пром        |
|                            | Каша вязкая молочная кукурузная     | 150        | 200     | 5,4-6,9          | 6,9-8,7   | 33-41,8      | 215,8-273,4             | 54-2к       |
|                            | Чай с сахаром                       | 180        | 180     | 0,1-0,1          | 0-0       | 5,7-5,7      | 23,5-23,5               | 54-2гн      |
|                            | Хлеб пшеничный                      | 20         | 25      | 1,5-1,9          | 0,2-0,2   | 9,8-12,3     | 46,9-58,6               | Пром.       |
|                            |                                     |            |         |                  |           |              |                         |             |
| <b>Итого:</b>              |                                     | 360        | 422     | 8,2-10,4         | 12,2-15,8 | 48,6-59,9    | 337,1-423,3             |             |
| <b>Второй</b>              | Сок Фруктовый                       | 150        | 180     | 0,4-0,5          | 0,1-0,1   | 9,1-10,1     | 41,3-43,3               | Пром.       |
| <b>Итого:</b>              |                                     | 150        | 180     | 0,4-0,5          | 0,1-0,1   | 9,1-10,1     | 41,3-43,3               |             |
|                            |                                     |            |         |                  |           |              |                         |             |
|                            | Суп крестьянский с крупой (рисовая) | 150        | 180     | 3,7-5            | 4,3-5,8   | 8,5-11,3     | 87,7-116,9              | 54-11с      |
|                            | Макаронь отварные                   | 110        | 130     | 3,9-3,9          | 3,6-3,6   | 24,1-24,1    | 144,3-144,3             | 54-1г       |
|                            | Гуляш из говядины                   | 50         | 70      | 8,5-11,9         | 8,3-11,6  | 1,9-2,7      | 116,1-162,5             | 54-2м       |
|                            | Компот из сухофруктов               | 150        | 180     | 0,4-0,4          | 0-0       | 14,8-17,8    | 60,7-72,9               | 54-1хн      |
|                            | Хлеб ржаной                         | 55         | 73      | 3,6-4,8          | 0,7-0,9   | 18,4-24,4    | 93,9-124,7              | Пром.       |
| <b>Итого:</b>              |                                     | 555        | 703     | 21,1-27,8        | 21-29     | 71,9-87-6    | 559,9-721,4             |             |
| <b>полдник</b>             | Молоко                              | 150        | 200     | 4,4-5,8          | 3,8-5     | 7,2-9,6      | 80-106,6                | Пром.       |
|                            | Запеканка творожная                 | 50         | 70      | 9,9-29,68        | 3,6-10,7  | 7,4-22,31    | 101,4-304,2             | Пром        |
| <b>Итого:</b>              |                                     | 200        | 270     | 14,3-35,48       | 7,4-15,7  | 14,6-31,91   | 181,4-410,8             |             |
| <b>Итого за весь день:</b> |                                     | 1265       | 1575    | 44-74,18         | 40,7-60,6 | 144,2-189,51 | 1119,7-1598,8           |             |

