

1 день (Сад)

| Наименование блюда | № рецептуры | Выход (г.) | Химический состав, г | | | Энергетическая ценность, | Вита мин С |
|--------------------------------------|-------------|------------|----------------------|-----------|---------------|--------------------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| | | | Завтрак | | | | |
| Суп молочный с макаронами | 548 | 200 | 7,3 | 6,5 | 28,4 | 198,5 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 5 | 20 | 1,6 | 0,2 | 8,4 | 40,6 | 0 |
| Масло сливочное | 7 | 5 | 0,1 | 3,6 | 0,1 | 33,1 | 0 |
| Яйцо отварное | 424 | 20 | 2,55 | 2,3 | 0,15 | 31,4 | 0 |
| Кофейный напиток (с молоком 1/2) | 1221 | 180 | 2,6 | 2,3 | 10,24 | 73,1 | 0 |
| Выход 400 | | 425 | | | | | |
| Яблоки | | 100 | 0,4 | - | 11,3 | 45 | 13 |
| Обед | | | | | | | |
| Суп картофельный с бобовыми | 206 | 200 | 4,7 | 4,2 | 17,8 | 123,7 | 6,8 |
| Плов из птицы | 893-2 | 36\210 | 13,9 | 11,9 | 31,1 | 279 | 4,3 |
| Огурец соленый | 1 | 20 | 0,6 | 0 | 0,3 | 3,8 | 0 |
| Хлеб ржаной | 5 | 50 | 3,3 | 0,5 | 20,1 | 95,0 | 0 |
| Компот из смеси сухофруктов | 1113 | 180 | 0,4 | 0,1 | 12,4 | 49,4 | 0 |
| Выход 600 | | 660 | | | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | |
| Фрикадельки рыбные с томатным соусом | 517 | 100 | 16,2 | 3,9 | 12,2 | 147,9 | 5,2 |
| Соус томатный | 1029 | 20 | 0,3 | 1 | 1,9 | 18,7 | 2,4 |
| Пюре картофельное | 429 | 120 | 2,7 | 3,8 | 20,4 | 122,1 | 14,4 |
| Огурец соленый | 1 | 20 | 0,6 | 0 | 0,3 | 3,8 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 5 | 25 | 2 | 0,3 | 10,5 | 50,8 | 0 |
| Чай | 1203 | 180 | 0 | 0 | 7,1 | 26,49 | 0 |
| Выход 450 | | 465 | | | | | |
| Ужин | | | | | | | |
| Молоко кипяченое | 1226 | 200 | 5,6 | 5,0 | 9,4 | 106,0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 5 | 25 | 2 | 0,3 | 10,5 | 50,8 | 0 |
| Повидло | 8 | 7 | 0,03 | 0 | 4,9 | 18,4 | 0,04 |
| Выход 250 | | 232 | | | | | |
| Итого | | | 66,88 | 46 | 217,49 | 1517,59 | 46,14 |