

Дата: 19.11.2025г.

5-й день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет					От 3-х до 7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Каша пшенная молочная вязкая	168	155	4,67	4,86	20,94	146	205	6,21	5,28	27,9	184
	какао	397	150	3,15	2,75	12,96	89	200	4,08	3,55	17,58	118,9
	Хлеб с маслом	3	25/3	2,73	4,88	10,56	120	30/5	3,68	4,45	13,39	150
Итого				10,55	12,49	44,46	355		13,97	15,28	58,87	452,9
2-й завтрак	фрукты	368	90	0,52	0	13,5	58,5	100	0,69	0	19,07	78,91
Обед	Салат из свеж. овощей		40	1,7	2	7,7	55,2	50	2,2	2,6	10,3	73,6
	Щи зеленные с курицей и сметаной	18	150	4,17	5,18	17,67	137,5	200	5,52	6,97	23,47	180,6
	Оладьи из печени	35	65	8,83	6,17	2,51	122,23	90	18,28	8,36	3,46	162,45
	Овощи тушенные	321	120	2,49	3,84	16,37	109	150	3,04	4,86	20,44	137
	Сок фруктовый	376	150	0,33	0,02	20,83	84,75	200	0,44	0,02	27,8	113
	Хлеб ржаной		30	1,98	0,36	10,02	52	40	2,64	0,48	13,36	69,34
Итого				14,88	21,72	64,25	512,04		32,81	23,29	117,9	814,9
Полдник	Творожная запеканка (сырники)	310	100	16,7	12,5	25,6	273,6	130	20,4	14,2	23,0	303,0
	молоко	400	150	4.58	4.08	7.58	85.36	180	5.48	4.88	9.07	102
Итого				21.28	16.58	34.28	358.96		25.88	19.08	32.07	381,91
Всего				46.71	50,79	142,99	1226,0		72.66	57.65	266,49	1649.71