

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			белки	жиры	углеводы	

9-й день Четверг 12,01,2023г. 3-7 лет

Завтрак

96	Каша пшеничная	200	7,01	8,09	28,39	213,0
2	Бутерброд с повидлом	30/8	2,32	0,24	20,08	92,0
253	Кофейный напиток	180	1,3	1,3	14,0	92,0
Второй завтрак						
10.00	банан	120	0,9	0,0	18,18	76,00

Обед

228	Биточки / Подлив	70/50	0,69	2,0	3,09	31,0
101	Суп Харчо	250	4,97	6,19	21,3	152,84
193	Рис припущенный	150	3,46	4,09	30,64	172,45
1	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	136,00
241	Компот из сухофруктов	200	0,48	0,0	23,8	90,0

Полдник

265	блинчики со сгущенным молоком	75/25	6,24	8,10	34,31	234,00
200	Чай с сахаром и лимоном	180	0,1	0,0	21,23	82,0

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			белки	жиры	углеводы	

9-й день Четверг 12,01,2023г. 1,5-3 лет

Завтрак

96	Каша пшеничная	150	5,26	6,07	21,29	159,75
2	Бутерброд с повидлом	30/5	1,54	0,16	13,16	61,0
253	Кофейный напиток	150	1,08	1,08	11,67	76,67
Второй завтрак						
10.00	банан	90	0,9	0,0	18,18	76,00

Обед

54-11з	Биточки / Подлив	70/50	0,6	6,10	4,3	74,2
101	Суп Харчо на к/б	200	3,93	4,9	16,84	120,88
ст.140	Рис припущенный	150	12,61	10,38	11,41	185,2
1	Хлеб пшеничный	30	2,45	7,55	14,62	136,00
241	Компот из сухофруктов	180	0,43	0,0	21,42	81,0

Полдник

265	блинчики со сгущенным молоком	75/25	6,24	8,10	34,31	234,00
200	Чай с сахаром и лимоном	150	0,1	0,0	21,23	82,0