

День: вторник (за среду)

Утверждаю:

С.В. Нифонтова

Неделя: первая 24.01.2023 г.

Директор

С.В. Нифонтова

Сезон: зима - весна

Возрастная категория: от 2 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ реце птур ы
			Белки	Жиры	Углево ды		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							
	Каша молочная жидкая	150	5,16	5,7	21,09	156,96	142
	Бутерброд с маслом и сыром	25	1,09	4,71	9,14	85	1
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	150	3,3	3,63	17,3	111,15	178
Итого за завтрак		325	9,55	14,04	47,53	353,11	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,5		12,7	52,68	
Итого за второй завтрак		100	0,5	0	12,7	52,68	
	Салат витаминный	40	0,52	2,4	2,54	34,4	56
	Борщ	150	1,09	2,95	7,64	61,5	57
	Фрикадельки из птицы	45	8,39	6,46	4,88	80,83	107
	Картофельное пюре	110	2,62	3,23	12,15	88,11	112
	Компот из сухофруктов	150	0,12		14,5	71,9	375
	Хлеб	55	3,37	1,17	22,62	117,34	
	Подлив	30	0,24	1,1	1,35	16,5	
Итого за обед		580	16,35	17,31	65,68	470,58	
	Печенье "Курабье"	40	3	3,94	24,96	139,04	
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	
	Чай с сахаром	150			11,24	42,65	392
Итого за полдник		290	0,4	0,4	21,04	86,65	
Итого за день		1295	26,8	31,75	146,95	963,02	