

День: вторник 14.03.2023 Утверждено: *Мис* С.В. Нифонтова
 Неделя: вторая Директор
 Сезон: зима - весна
 Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							
Завтрак	Суп молочный с макаронами	150	5,37	6,27	19,37	156,6	93
	Бутерброд с маслом	40	1,74	7,53	14,62	136	1
	Чай с молоком	180	2,9	4,32	12,11	39,17	394
Итого за завтрак		370	10	18,12	46,1	331,77	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,5		12,7	52,68	
Итого за второй завтрак		100	0,5	0	12,7	52,68	
Обед	салат картофельный с яйцом	30	0,9	3,12	2,62	42,81	37
	Борщ с картофелем	150	1,2	2,5	7,23	57	58
	Плов из птицы	150	47,8	15,75	26,25	309,3	304
	Компот из кураги	150	0,12		14,5	71,9	375
	Хлеб	55	3,37	1,17	22,62	117,34	
Итого за обед		535	53,4	22,54	73,22	598,35	
Полдник	Хлеб пшеничный	40	3,28	0,56	16,74	44	
	Омлет натуральный чай с сахаром	60	4,95	6,6	1,72	86,61	113
Итого за полдник		180	5	4,5	8,4	95	
Итого за день		1285	77,1	52,32	158,88	1208,4	

День: вторник 14.03.2023 Утверждено: *Мис* С.В. Нифонтова
 Неделя: вторая Директор
 Сезон: зима - весна
 Возрастная категория: от 4 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							
Завтрак	Суп молочный с макаронами	200	7,16	8,36	25,82	208,8	93
	Бутерброд с маслом	40	1,74	7,53	14,62	136	1
	Чай с молоком	180	2,9	4,32	12,11	39,17	394
Итого за завтрак		420	11,8	20,21	52,55	383,97	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,5		12,7	52,68	
Итого за второй завтрак		100	0,5	0	12,7	52,68	
Обед	салат картофельный с яйцом	50	1,64	5,2	4,37	71,35	37
	Борщ с картофелем	200	1,6	3,32	9,64	76	58
	Плов из птицы	210	19,71	22,05	36,75	433,02	304
	Компот из кураги	180	0,14		17,4	86,3	375
	Хлеб	60	7,47	1,47	45,66	220,92	
Итого за обед		700	30,56	32,04	113,82	887,59	
Полдник	Хлеб	40	3,28	0,56	16,74	78	
	Омлет с морковью чай с сахаром	85	5,92	11,91	2,99	143,28	217
Итого за полдник		180	9,2	12,47	33,21	272,45	
Итого за день		1525	52,06	64,72	212,28	1596,69	