

ДЕНЬ: 15.04.2025

ВТОРНИК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 3-7 лет

Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энерг.. ценнос.
		Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК-1					
1. Бутерброд с маслом и сыром	5/10/45	6,04	9,47	20,71	192,4
2. Каша пшенная молочная	200	5,84	5,88	33,85	206,6
3. Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	79
ЗАВТРАК -2					
1. Груша	100	0,4	0,33	10,3	47
ИТОГО		15,08	18,05	70,46	525
ОБЕД:					
1. Салат из свежих огурцов	60	0,75	0,06	6,97	31,38
2. Суп гороховый с курицей	250	3,44	4,63	15,12	116
3. Тефтели из мяса в соусе	100	10,3	10,7	8	170
4. Рожки отварные	100	3,77	2,94	19,36	96,6
5. Кисель	200	0,5		27	110
6. Хлеб	50	4	0,65	22	110
ИТОГО		23,15	24,98	95,02	675,8
ПОЛДНИК:					
1. Сырник	75	11,8	10,9	15,05	205,5
2. Молоко	150	5,04	5,76	8,46	104,4
ИТОГО		16,84	16,66	23,51	309,9

Источник рецептуры: «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных организаций и детских оздоровительных учреждений»
Издание 7–е с дополнениями 2013г.
Уральский региональный центр питания, 2013г.