

15 июля 2025 г.
ДЕНЬ: ВТОРНИК
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 3-7 лет

Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энерг.. ценнос.
		Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК-1					
1.Бутерброд с маслом	45/10	6,04	9,47	20,71	192,4
2. Каша манная молочная	200	8,45	7,96	52,35	301,9
3. Какао	200	3,6	3,3	25	144
ЗАВТРАК -2					
1.Яблоко	100	0,36	0,36	8,75	42
ИТОГО		18,45	21,09	106,81	680,3
ОБЕД:					
1. Свежие огурцы порционно	60	0,75	0,6	6,97	31,38
2. Щи из свежей капусты с курицей	200 10	4,37 15,5	8,11 11,7	8,19 11,8	123,5 222
3. Оладьи печеночные	80	3,15	6,6	16,35	138
4. Картофельное пюре	150	0,5		23,1	96
5. Компот из яблок	200	0,2	0,2	14,78	59,9
6. Хлеб	50	3,05	0,55	16,7	87
ИТОГО		27,52	27,76	97,89	758,78
ПОЛДНИК:					
1. Булочка «Плюшка»	60	3,6	1,7	22,2	118
2. Ацидолакт	200	3,6	7	14	130
ИТОГО		7,2	8,7	26,2	248

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.