

ДЕНЬ: 22.07.2025

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	45/10	6,04	9,47	20,71	192,4
2. Запеканка рисовая с творогом и кисельной подливой	100 40	10,24 0,03	6,44	35,6 9,14	242,89 36,7
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		19,91	18,94	91,65	597,99
ОБЕД:					
1. Свежий огурец порционно	60	0,75	0,06	6,97	31,38
2. Суп гороховый с курицей	200	3,44	4,63	15,12	116
3. Тефтели из мяса в соусе	80	10,3	10,7	8	170
4. Рожки отварные	150	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. Каша гречневая молочная	200	6,41	6,08	31,82	210,75
ИТОГО		6,41	6,08	31,82	210,75

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.