

Возрастная категория: Воспитаники 1-4 класс Безмолочное меню

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
ЗАВТРАК	Каша рисовая безмолочная жидкая	200	5,64	7,16	33,42	220,62	268
	Какао	200	3,62	3,66	24,96	144,48	496
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 25/35	25	1,65	0,30	8,50	45,25	110
	Хлеб пшеничный 25/35	25	1,90	0,20	12,30	58,75	108
	Плоды свежие (яблоки) 150	150	0,60	0,60	14,70	70,5	112
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		600	13,41	11,92	93,88	539,6	
ОБЕД	Овощи натуральные соленые (огурцы)	60	0,48	0,06	1,02	7,8	107
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	200	1,84	3,40	12,10	86,4	144
	Рагу из птицы	200	15,78	16,46	18,18	283,42	407
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,90	75,64	507
	Хлеб пшеничный 50/70	50	3,80	0,40	24,60	117,5	108
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 30/40	30	1,98	0,36	10,20	54,3	110
ИТОГО ЗА ОБЕД		740	24,04	20,84	85,00	625,06	
ПОЛДНИК	Соки овощные, фруктовые и ягодные (абрикосовый)	200	1,00	0,00	0,00	110	518
	Печенье 30	30	2,25	2,94	22,32	125,1	590
	Плоды свежие (груши)	100	0,40	0,30	10,30	47	112
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	3,65	3,24	32,62	282,1
УЖИН	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,85	37,08	253,05	237
	Бефстроганов из отварной говядины	90	13,62	12,42	2,16	174,6	366
	Чай	200	0,20	0,00	0,04	1,92	493
	Хлеб пшеничный 40/60	40	3,04	0,32	19,68	94	108
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 30/40	30	1,98	0,36	10,20	54,3	110
	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	200	1,00	0,20	0,20	92	518
ИТОГО ЗА УЖИН		710	28,39	21,15	69,36	669,87	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2380	69,49	57,15	280,86	2116,63	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 634721627414093995837494482188458045512377282822

Владелец Суставова Ирина Владимировна

Действителен с 28.06.2023 по 27.06.2024