03.07.24

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Угле-воды | Энергети-ческаяценность (ккал) | Витамин«С» | № техно-логичес-кой карты |
| Завтрак | Каша манная молочная | 150,0200,0 | 5,276,24 | 3,775,03 | 11,6614,98 | 192,76231,83 | 1,341,54 | 75 |
|  | Кофейный напиток с молокомКофейный н-к сладкий | 150,0180,0 | 1,250 | 1,250 | 10,4214,0 | 48,3359,7 | 0,540 | 163 |
|  | Бутерброд с маслом | 25/528/5 | 1,52,3 | 2,633,54 | 99,7414,61 | 70,0101,0 | 0,130,13 | 208 |
| Итого за завтрак |  |  | 9,8911,3 | 9,9712,05 | 31,8243,58 | 340,09435,53 | 2,010,61 |  |
| 2-й завтрак | Сок | 65,065,0 | 0,30,3 | 0,10,1 | 6,16,1 | 27,627,6 | 1,31,3 | 306 |
| Обед | Салат из свёклы | 30,050,0 | 0,430,67 | 3,054,07 | 15,222,6 | 43,3260,86 | 4,196,34 | 43 |
|  | Суп крестьянский с курицей, сметаной | 150,0200,0 | 4,536,35 | 7,2210,31 | 12,0219,03 | 130,6193,5 | 17,527,13 | 14 |
|  | Курица тушёная | 50,060,0 | 11,6313,57 | 5,015,9 | 2,03,45 | 94,8110,62 | 0,60,7 | 183 |
|  | Пюре картофельное | 100,0120,0 | 2,83,5 | 5,26,4 | 20,024,2 | 137,0158,3 | 22,224,3 | 114 |
|  | Компот из яблок | 150,0180,0 | 0,120,16 | 0,120,16 | 11,9215,89 | 45,060,0 | 4,956,6 | 175 |
|  | Хлеб ржаной | 30,040,0 | 1,982,64 | 0,360,48 | 0,360,48 | 54,372,4 | 00 | 221 |
| Итого заобед |  |  | 21,8626,7 | 27,0935,21 | 54,6670,71 | 584,45744,73 | 60,5474,02 |  |
| Полдник | Батон с повидломПеченье курабье (до3х лет) | 30/1550,0 | 2,43,4 | 0,312,9 | 14,7332,3 | 71,4258,0 | 00 | 249 |
|  | Чай сладкий | 150,0180,0 | 00 | 00 | 12,015,2 | 44,8859,7 | 00 | 20 |
| Итого за полдник |  |  | 2,43,4 | 0,312,9 | 16,7347,5 | 206,04317,7 | 01,5 |  |
| Итого за день |  |  | 38,4645,92 | 42,3252,52 | 122,51150,32 | 1142,151397,87 | 65,3577,43 |  |