

1-ый день							
Наименование блюд	От 3-х до 7-ми лет						
	№ карты	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Витамин С	Ккал
Завтрак							
Каша геркулесовая молочная	8/4	200	6,4	7,4	27,2	0,4	206
Кофейный напиток с молоком	32/10	180	2,8	2,9	13	0,45	86
Хлеб пшеничный с маслом		30/10	2,39	7,54	14,53	0,0	137
Всего в завтраке :		420	11,59	17,84	54,73	0,85	429
Второй завтрак							
Яблоки		100	0,26	0,17	10,41	11	51
Обед							
Салат из моркови с раст.маслом	16/1	60	0,7	3,6	5,5	2,7	59
Рассольник с крупой и сметаной	11/2	180	1,8	3,9	12	5,2	94
Котлеты из фарша говядины запеченные с мол.соусом	17/8	80	13,4	11,8	10	0,08	199
Каша гречневая вязкая	3/4	150	4,6	3,8	19,9	0,0	143
Компот из сухофруктов с вит. С	6/10	180	0,9	0,09	17,8	18,3	79
Хлеб дарницкий		50	3,3	0,55	20,5	0,0	103
Всего в обеде:		700	24,7	23,74	85,7	26,28	677
Уплотненный полдник							
Каша ассорти молочная	17/4	200	5,0	6,5	25,6	0,5	183
Чай с лимоном	29/10	200	0,1	0,0	5,1	0,8	21
Хлеб пшеничный		50	3,9	0,5	24	0,0	118
Печенье		20	1,5	2,0	14,9	0,0	84
Всего в полдник :		470	10,5	9,0	69,6	1,3	406
Итого за день :		1690	47,05	50,75	220,44	39,43	1563

--

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 504074246255880625918708617174458765454418972386

Владелец Прокина Марина Геннадьевна

Действителен с 16.05.2023 по 15.05.2024