

5-ый день

Наименование блюд	От 3-х до 7-ми лет							Ккал
	№ карты	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Витамин С		
Завтрак								
<i>Каша гречневая молочная</i>	2\4	200	7,8	8,0	30,2	0,5		233
<i>Кофеинный напиток с молоком</i>	32\10	180	2,8	2,9	13,0	0,45		86
<i>Хлеб пшеничный с маслом №1/13 1/13</i>	30/10	2,39	7,54	14,53	0,0	137	Всего в завтраке : Всего в завтраке :	
Второй завтрак								
<i>Яблоки</i>		100	0,26	0,17	10,41	11,0		51,0
Обед								
<i>Салат из свеж.огурцов с раст.маслом</i>	19/1	60	0,4	3,6	1,4	5,5		41
<i>Щи из свежей капусты со сметан.</i>	6\2	180	1,3	1,7	5,4	9,8		45
<i>Мясо кур отварное в соусе</i>	2\9	80	9,3	9,0	1,8	0,3		126
<i>Картофельное пюре</i>	3\3	150	3,1	4,4	24,5	6,6		159
<i>Компот из сухофруктов с вит.С</i>	6\10	180	09	0,09	17,8	18,3		79
<i>Хлеб дарницкий</i>		50	3,3	0,55	20,5	0,0		103
Всего в обеде:		700	18,3	19,34	71,4	40,5		553
Уплотненный полдник								
<i>Запеканка рисовая с творогом</i>	2/5	200	13,4	10,4	47,1	0,1		342
<i>Сгущенное молоко</i>		10	0,7	0,9	5,6	0,1		32
<i>Чай с лимоном</i>	29\10	200	0,1	0,0	5,1	0,8		21
<i>Хлеб пшеничный</i>		50	3,9	0,5	24,0	0,0		118
<i>Печенье</i>		20	1,5	2,0	14,9	0,0		84
Всего в полдник :		480	19,6	13,8	96,7	1,0		597

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 504074246255880625918708617174458765454418972386

Владелец Прокина Марина Геннадьевна

Действителен с 16.05.2023 по 15.05.2024