

6-ый день

Наименование блюд	От 3-х до 7-ми лет						
	№ карты	Выход (дет.сад\ясли)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Витамин С
Завтрак							
Каша яичневая молочная	14\4	200\150	6,0\4,5	5,3\3,97	30,7\23,03	195\146	0,42\0,32
Какао с молоком	14\10	200\150	3,9\2,9	3,5\2,6	22,9\17,2	135\101	0,52\0,39
Хлеб пшеничный		40\30	3,08\2,31	0,38\0,29	19,17\14,37	94\71	0,0
Всего в завтраке :			12,98\9,71	9,18\6,86	72,77\54,6	424\318	0,94\0,71
Второй завтрак							
Фрукты в ассортимент		100					10,0
Обед							
Суп картофельный с рыбой	19\2	250\200	9,0\7,2	5,1\4,1	16,25\13,0	149\119	19,19\15,35
Котлета из фарша говядины паровая	14\8	80\70	11,4\9,98	11,1\9,71	5,2\4,6	166\145	0,0
Капуста тушеная	8\3	150\130	3,5\3,0	2,9\2,5	13,6\11,8	94\82	33,40\28,90
Компот из сухофруктов	6\10	200\150	0,5\0,38	0,0	18,3\13,7	72\54	50,16\37,62
Хлеб ржаной		50\40	3,3\2,64	0,6\0,4	20,5\16,4	103\82	0,0
Всего в обеде:			27,7\23,2	19,7\16,71	73,85\59,5	584\482	102,75\81,87
Уплотненный полдник							
Суп молочный с макаронными изд.	21\2	200\150	3,4\2,6	3,7\2,8	12,0\9,0	95\71	0,42\0,32
Чай с сахаром	10\10	200\150	0,0	0,0	9,1\6,8	35\26	0,0
Хлеб пшеничный		40\30	3,08\2,31	0,38\0,29	19,17\14,37	94\71	0,0
Всего в полдник :			6,48\4,91	4,08\3,09	40,27\30,17	224\168	0,42\0,32
Итого за день :			47,16\37,82	32,96\26,66	186,89\143,97	1232\968	104,11\82,9

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 504074246255880625918708617174458765454418972386

Владелец Прокина Марина Геннадьевна

Действителен с 16.05.2023 по 15.05.2024