

10-ый день							
Наименование блюд	От 3-х до 7-ми лет						
	№ карты	Выход (детский сад\ясли)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Витамин С
Завтрак							
<i>Каша гречневая молочная</i>	2\4	200\150	7,2\5,4	6,6\5,0	29,3\22,0	206\155	0,42\0,32
<i>2Кофейный напиток с молоком</i>	13\10	200\150	3,0\2,25	2,9\2,18	13,4\10,05	89\67	0,52\0,39
<i>Хлеб пшеничный</i>		40\30	3,08\2,31	0,38\0,29	19,17\14,37	94\71	0,0
Всего в завтраке :			13,28\9,96	9,88\7,47	61,87\46,42	389\293	0,94\0,71
Второй завтрак							
<i>Фрукты в ассортимент</i>		100					10,0
Обед							
<i>Суп картофельный с бобовыми с гренками и сметаной</i>	17\2 34\2	250\10 200\9	5,4\1,72 4,3\0,86	5,0\0,16 4,0\0,08	19,9\10,7 15,9\5,37	148\52,6 118\26,3	15,4\0,0 12,32\0,0
<i>Плов из мяса говядины</i>	4\8	200\150	14,8\13,3	16,5\14,8	34,6\31,1	349\314	7,0\6,26
<i>Компот из сухофруктов</i>	6\10	200\150	0,5\0,38	0,0	18,3\13,7	72\54	50,16\37,62
<i>Хлеб ржаной</i>		50\40	3,30\2,64	0,55\0,44	20,5\16,4	103\82	0,0
Всего в обеде:			25,72\21,48	22,21\19,32	104,0\82,47	724,6\594,3	72,56\56,2
Уплотненный полдник							
<i>Запеканка из творога со сгущенным молоком</i>	9\5	150\120	25,4\20,3	14,4\11,5	19,8\15,8	314\251	0,35\0,28
<i>Чай с сахаром</i>	10\10	200\150	0,0	0,0	9,1\6,8	35\26	0,0
<i>Хлеб пшеничный</i>		40\30	3,08\2,31	0,38\0,29	19,17\14,37	94\71	0,0
Всего в полдник :			28,48\22,61	14,78\11,79	48,07\36,97	443\348	0,35\0,28
Итого за день :			67,4854,05	46,87\38,58	213,94\165,86	1557\1235	73,85\57,19

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 504074246255880625918708617174458765454418972386

Владелец Прокина Марина Геннадьевна

Действителен с 16.05.2023 по 15.05.2024