

**ДЕНЬ: 17.04.2024**

**ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 3-7 лет**

Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценнос.
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК-1</b>					
1. Бутерброд с маслом	10/45	6,04	9,47	20,71	192,4
2. Запеканка рисовая с киселем	100 40	7,68	4,87	29,12 9	192,6 36
3. Какао	200	3,6	3,3	25	144
<b>ЗАВТРАК -2</b>					
1. Яблоко	100	0,36	0,36	8,75	42
<b>ИТОГО</b>		17,68	18	92,58	607
<b>ОБЕД:</b>					
1. Салат из свежих помидоров	50	0,8	5,5	4,8	68
2. Свекольник со сметаной и курицей	250	4,79	7,58	12,43	137,5
3. Куриная котлета в соусе	70	10,5	7,5	4,5	132
4. Капуста тушеная	100	3,7	3,6	3,9	63
5. Компот из сухофруктов	200	0,5		27	110
6. Хлеб	50	4	0,65	22	110
<b>ИТОГО</b>		25,24	23,93	84,53	652
<b>ПОЛДНИК:</b>					
1. Молочная лапша	200	6,32	5,38	14,66	130,2
<b>ИТОГО</b>		6,32	5,38	14,66	130,2

Источник рецептуры: «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных организаций и детских оздоровительных учреждений»  
Издание 7–е с дополнениями 2013г.

Уральский региональный центр питания, 2013г.