

День: Пятница
 Неделя: 1 неделя
 Возрастная категория: ясли

18.07.2025г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Рыба отварная под омлетом / ясли / 60	60	7,77	3,85	1,88	91,63	0,06	263
	Кофейный напиток с молоком / ясли /	150	2,23	2,2	9,8	66,15	0,76	414
	Батон с маслом / ясли / 35 / ТК5024•1	35	2,41	2,93	15,64	108,25		1
	Икра кабачковая консервированная•1 / ясли / 40	40	1,04	0,38	8,88	47,2		
	Итого	285	11,83	11,36	40,35	320,85	2,74	
Второй завтрак	Йогурт / ясли / 150 / ТК4349•1	150	4,2	4,8	7,05	87	1,05	420
	Итого	150	0,75	0,15	0,15	69	3	
Обед	Суп фасолевый / ясли / 180 / ТК4626•1	180	3,38	5,48	15	76,82	12,86	87
	Картофельное пюре / Ясли / 120 / ТК4253•1	120	2,03	3,64	15,18	89,87	20,79	339
	Салат из свежих помидоров с луком/ ясл / 40 / ТК4928•1	40	0,31	1	0,93	22,91	2,41	20

	Сок / яблочный / ясли / 150 ТК4615•1	150	0,75	0,15	0,15	69	3	418
	Запеканка из печени с рисом / ясли /150	150	4,42	4,89	18,06	107,23	3,78	311
	Хлеб пшеничный / ясли / 20 / ТК4806•1	20	1,41	0,22	8,18	38,59		
	Хлеб ржаной / ясли / 40 / ТК4616•1	40	1,88	0,28	19,92	52,6		
	Итого	715	14,82	16,71	91,96	489,31	19,06	
Уплотненный полдник	Каша жидкая рисовая / ясли / 150 / ТК4648•1	150	4,42	5,08	18,21	96,73	1,33	199
	Чай с сахаром / ясли / 150/7 / ТК4353•1	150/7	0,1	0,03	6,01	23,14	0,05	411
	Хлеб пшеничный / ясли / 10 / ТК4806•1	20	0,83	0,13	4,81	22,7		
	Итого	320	11,91	10,63	51,19	301,86	16,64	
Итого за 5 день		1470	41,87	43	201,98	1259,92	39,49	