

15.11.2024г Возрастная категория 3-7лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	С	№ рец.
			Б	Ж	У			
день 5								
завтрак:								
	сыр порциями	13	0	6,2	0,06	56,07	0	42
	каша молочная "Дружба"	200	6,6	8,1	33,1	244,8	0,3	84
	кофейный напиток с молоком	200	5,1	4,4	20	137,8	1,5	692
	батон пшеничный	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0	
	всего завтрак	443	14	19	68,6	517,27	1,8	818
2 завтрак	соки овощные, фруктовые	150	0,5	0,1	9,8	46	0,65	293
	всего 2 завтрак	150	0,5	0,1	9,8	46	0,65	
обед								
	салат из свеклы и яблок	60	0,6	5,9	4,59	58,68	1,6	53
	щи из капусты с картофелем	200	1,7	5,1	8,51	88,28	18,04	56
	рыба тушеная в томате с овощами	140	15	8	7,51	160,29	2,5	144
	пюре картофельное	130	2,7	5,2	20,2	137,8	6,24	206
	компот из сухофруктов +витамин С	200	0,8	0	20,2	80,5	2	639
	хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,5	70,5	0	
	хлеб ржаной (ржано - пшеничный)	38	1,8	0,3	11,9	59	0	
	всего обед	798	24	25	87,3	655,05	30,38	
полдник								
	пудинг творожный запеченый с молочным соусом (сладким)	130/20	17	23	23,9	376	2,3	366
	чай с сахаром	200	0,1	0	10,3	41,07	0	263
	итого за весь день		39	44	166	1218,3	32,83	

государству.

- приобщает детей к спорту и искусству.

- на своем примере показывает детям ценность семейных отношений.