



День 10, 15.04.22

Детский сад № 31

Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	ТТК № 5Д	каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5	246,51	7,45	8,92	33,85
	гор.напиток	№ 395	кофейный напиток с молоком	180	42,67	2,85	2,41	5,99
	хлеб	№ 3	бутерброд с маслом сливочным	30/5	111,68	2,29	4,5	15,51
Завтрак 2	фрукты	№ 418	сок	180	76,26	0,9	0	18,17
Обед	закуска	№ 12	салат из зеленого горошка	50	41,8	1,49	2,59	3,13
	1 блюдо	№ 94	суп лапша домашняя на курином бульоне с мясными фрикадельками	180/10	109,47	4,19	5,84	8,39
		Акт переработки № 569	биточки домашние куриные	80	153,62	17,31	6,95	5,64
	2 блюдо	№ 148	рагу из овощей	150	133	2,25	7,38	14,38
	хлеб черн.	таблица 6, стр.144	хлеб ржаной	45	89,19	2,97	0,54	17,84
№ 648		напиток из красной смородины замороженной	180	45	0,18	0,07	10,5	
Полдник		№ 419	молоко кипяченое	180	96,4	5,23	4,5	8,65
		таблица 10, стр.202	крекер	20	89,74	1,8	3,59	12,77
Ужин		№ 261/а	суфле рыбное	70	122,77	12,02	7,61	1,59
		№ 182	каша гречневая вязкая с маслом сливочным	130/3	117,73	4,02	3,25	18,14
		№ 417	напиток из шиповника растворимого	180/6	31,49	0,61	0,25	6,71
		таблица 6, стр.134	хлеб пшеничный	30	70,57	2,28	0,24	14,77