|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец.** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции** | **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|   | **Завтрак** |   |   |   |   |   |
| № 173 | каша рисовая с молоком | 150 | 4,16 | 5,6 | 19,56 | 144 |
| № 253 | кофейный напиток | 150 | 1,25 | 1,25 | 10,42 | 48,33 |
| № 3 | хлеб с сыром | 28 | 3,37 | 4,95 | 9,74 | 99 |
|   | **Итого за обед** | 328 | 8,78 | 11,8 | 39,72 | 291,33 |
|   | **Второй завтрак** |   |   |   |   |   |
| П | Сок фруктовый | 100 | 0,3 | 0 | 16 | 67,2 |
|   | **Обед** |   |   |   |   |   |
| № 76 | рассольник на мясокостном бульоне | 204 | 1,69 | 4,69 | 13,68 | 103,88 |
| № 92 | ленивые голубцы | 130 | 16,2 | 13,28 | 11,03 | 228 |
| № 240 | Лимонный напиток | 150 | 0,34 | 0,04 | 23,58 | 97,5 |
| П | хлеб  | 20 | 2,3 | 0,3 | 11,5 | 57,9 |
|   | **Итого за обед** | 504 | 20,53 | 18,31 | 59,79 | 487,28 |
|   | **Полдник** |   |   |   |   |   |
| № 54-14в | Ватрушка с повидлом | 60 | 3,7 | 1,7 | 38,9 | 185,4 |
| № 54-3гн | чай с сахаром | 150 | 0,2 | 0 | 5 | 20,9 |
|   | **Итого за полдник** | 210 | 3,9 | 1,7 | 43,9 | 206,3 |
|  | **Итого за день** | 1142 | 33,51 | 31,81 | 159,41 | 1052,11 |

 Меню СП детский сад «Колосок» на 07.07.2025

Стоимость 143,30 руб.