

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>08.12.2023г.</b>								
Завтрак для детей 3-7 лет	Каша молочная геркулесовая	180	5,27	8,95	24,12	199,24	0,81	281
	Бутерброд с маслом	30/5	2,36	7,49	14,7	136,13	0,01	1
	Чай с сахаром	160			10,78	38,7	0,72	
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>410</b>	<b>7,63</b>	<b>16,44</b>	<b>49,7</b>	<b>374,07</b>	<b>1,54</b>	-
	Яблоко	100	0,5		13,7	56,0	0,03	
Второй завтрак для детей 3-7 лет	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>		<b>13,7</b>	<b>56,0</b>	<b>0,03</b>	-
Обед для детей 3-7 лет	Салат овощной	60	0,73	4,53	3,72	60,99	3,9	54
	Суп на мясном бульоне со сметаной	180	5,31	4,33	11,88	156,27	8,6	30
	Плов	150	23,6	10,9	33,8	216,0	0,5	178
	Кисель ягодный	180	0,1		16,2	54		206
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	16,7	89,5	0	123
Усиленный полдник для детей 3-7 лет	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>620</b>	<b>33,37</b>	<b>20,37</b>	<b>82,52</b>	<b>576,0</b>	<b>13,36</b>	-
	Картофель тушеный	150	12,4	11,3	17,3	230,0	9,6	
	Пирожок с повидлом	70	4,48	5,04	28,4	180,0	2,1	294
	Чай с сахаром	180			10,78	38,7		255
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>18,2</b>	<b>16,07</b>	<b>56,3</b>	<b>448,7</b>	<b>11,7</b>	-
<b>Итого за день</b>			<b>58,38</b>	<b>52,88</b>	<b>202,2</b>	<b>1454,7</b>	<b>26,53</b>	-



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>08.12.2023г.</b>								
Завтрак для детей 2-3 лет	Каша молочная геркулесовая	150	4,39	7,46	20,1	166,8	0,67	281
	Бутерброд с маслом	25/3	2,46	0,25	21,05	97,6	0,01	1
	Чай с сахаром	150			8,97	32,25		263
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>350</b>	<b>6,85</b>	<b>7,71</b>	<b>50,12</b>	<b>296,65</b>	<b>0,68</b>	-
	Яблоко	80	0,5	0,1	10,1	46,0	2,0	532
Второй завтрак для детей 2-3 лет	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>80</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46,0</b>	<b>2,0</b>	-
Обед для детей 2-3 лет	Салат овощной	40	3,98	4,88	0,68	87,0	0,72	22
	Суп на мясном бульоне со сметаной	150	4,43	3,61	9,9	130,22	7,17	39
	Плов	130	20,4	9,44	29,2	187,2	0,5	178
	Кисель п.ягодный	150	0,05		13,15	45,0		241
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,36	71,6		123
Усиленный полдник для детей 2-3 года	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>510</b>	<b>28,83</b>	<b>17,94</b>	<b>66,29</b>	<b>521,02</b>	<b>8,24</b>	-
	Картофель тушеный	130	4,3	9,9	20,5	193,1	3,18	153
	Пирожок с повидлом	50	3,2	3,6	20,3	135,0	5,4	294
	Чай с сахаром	150			8,98	32,25		263
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>330</b>	<b>7,5</b>	<b>13,5</b>	<b>49,78</b>	<b>360,35</b>	<b>8,58</b>	-
<b>Итого за день</b>			<b>43,68</b>	<b>39,25</b>	<b>176,29</b>	<b>1224,35</b>	<b>19,5</b>	-