

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>12.01.2024г.</b>								
Завтрак для детей 2-3 лет	Каша молочная кукурузная	150	4,31	4,97	13,70	168,22	0,68	43
	Бутерброд с маслом	25/3	2,36	7,49	14,70	136,13	0	1
	Кофейный напиток	150			8,98	32,25		263
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>330</b>	<b>7,56</b>	<b>8,45</b>	<b>37,82</b>	<b>296,64</b>	<b>0,6</b>	-
Второй завтрак для детей 2-3 лет	Сок яблочный	90	0,45	0,09	9,09	41,4	1,8	532
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>90</b>	<b>0,45</b>	<b>0,09</b>	<b>9,09</b>	<b>41,4</b>	<b>1,8</b>	-
	Рассольник с курицей , сметаной	150	7,4	5,5	17,85	150,81	16,5	139
Усиленный полдник для детей 2-3 года	Каша гречневая с маслом	100	4,21	2,13	19,0	112,5	6,16	63
	Котлета мясная	50	7,02	5,72	5,11	99,3	0,36	42
	Кисель	150	0,05		13,15	45,0		263
Усиленный полдник для детей 2-3 года	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,36	71,6	0	123
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>490</b>	<b>21,32</b>	<b>13,83</b>	<b>68,47</b>	<b>479,21</b>	<b>23,02</b>	-
	Суп с яйцом	150	0,72	0,78	7,8	54,0	0,7	248
Усиленный полдник для детей 2-3 года	Сдоба домашняя	50	4,86	5,5	31,2	190,4		233
	Чай с сахаром	150			8,98	32,25	1,95	233
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>5,07</b>	<b>6,28</b>	<b>37,22</b>	<b>276,65</b>	<b>2,02</b>	-
	<b>Итого за день</b>		<b>41,96</b>	<b>28,2</b>	<b>152,6</b>	<b>1093,4</b>	<b>27,37</b>	-

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>12.01.2024г.</b>								
Завтрак для детей 3-7 лет	Каша молочная кукурузная	180	5,17	5,96	16,44	201,87	0,81	43
	Бутерброд с маслом	30/5	2,36	7,49	14,70	136,13	0	1
	Чай с сахаром	180			10,78	38,7		263
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>390</b>	<b>7,53</b>	<b>12,45</b>	<b>41,92</b>	<b>376,7</b>	<b>0,81</b>	-
	Сок яблочный	100	0,5	0,1	10,1	46	2,0	532
Второй завтрак для детей 3-7 лет	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	<b>2,0</b>	-
	Рассольник с курицей, сметаной	180	8,87	6,59	21,42	169,76	19,76	139
	Каша гречневая с маслом	130	5,06	2,55	22,8	134,53	2,0	
	Котлета мясная	60	12,8	12,8	4,88	184,7		
	Подлив	30	0,24	1,46	0,86	17,6		
Усиленный полдник для детей 3-7 лет	Кисель ягодный	180	0,1		16,2	54,0		206
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	16,7	89,5	0	123
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>630</b>	<b>30,37</b>	<b>24,0</b>	<b>82,86</b>	<b>650,15</b>	<b>21,76</b>	-
	Суп с яйцом	180	0,85	0,93	9,36	64,8	0,83	248
	Сдоба домашняя	70	4,51	5,04	40,4	283,41	0,32	
<b>Итого за прием пищи:</b>	Чай с сахаром	180			10,78	38,7		263
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>5,36</b>	<b>5,97</b>	<b>60,54</b>	<b>386,9</b>	<b>1,15</b>	<b>-255</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>43,76</b>	<b>42,52</b>	<b>195,4</b>	<b>1450,8</b>	<b>25,72</b>	-