

| Прием пищи                                 | Наименование блюда         | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая<br>ценность (ккал) | Витамин<br>С | N<br>рецептуры |
|--|----------------------------|----------------|------------------|--------------|--------------|-----------------------------------|--------------|----------------|
|  |                            |                | Б                | Ж            | У            |                                   |              |                |
| <b>15.01.2024г.</b>                        |                            |                |                  |              |              |                                   |              |                |
| Завтрак для<br>детей 2-3 лет               | Каша молочная манная       | 150            | 4,39             | 7,46         | 20,1         | 166,0                             | 0,67         | 34             |
|  | Бутерброд с маслом, сыром  | 25/3/5         | 2,65             | 0,32         | 16,98        | 107,16                            | 0,17         | 3              |
|  | Чай с молоком              | 150            |                  |              | 8,98         | 32,2                              |              | 263/264        |
|  | <b>Итого за прием пищи</b> | <b>330</b>     | <b>7,04</b>      | <b>7,76</b>  | <b>46,06</b> | <b>305,4</b>                      | <b>0,84</b>  | -              |
| Второй завтрак<br>для детей 2-3<br>лет     | Сок                        | 130            | 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>   | -              |
|  | Свекольник со сметаной     | 150            | 3,79             | 5,85         | 11,39        | 135,0                             | 7,18         | 6              |
|  | Салат овощной              | 50             | 0,63             | 5,09         | 4,23         | 66,0                              | 4,98         | 36             |
|  | Мясная тефтеля             | 70             | 6,21             | 4,65         | 3,17         | 82,68                             | 0,39         | 111            |
|  | Компот из сухофруктов      | 150            | 0,36             | 0,01         | 17,85        | 67,5                              | 0,3          | 241            |
|  | Хлеб ржано-пшеничный       | 40             | 2,64             | 0,48         | 13,36        | 71,6                              |              | 123            |
|  | <b>Итого за прием пищи</b> | <b>460</b>     | <b>13,62</b>     | <b>16,08</b> | <b>50,0</b>  | <b>422,78</b>                     | <b>12,85</b> | -              |
| Усиленный<br>полдник для<br>детей 2-3 года | Творожные сырники          | 100            | 17,17            | 13,47        | 13,06        | 249,91                            | 0,23         | 55             |
|  | Сладкий подлив             | 20             | 0,32             | 0,89         | 1,97         | 15,15                             | 0,6          |                |
|  | Какао на молоке            | 150            | 0,9              | 0,97         | 9,75         | 32,25                             | 0,88         |                |
| <b>Итого за день:</b>                      |                            | <b>350</b>     | <b>17,76</b>     | <b>15,33</b> | <b>24,78</b> | <b>297,31</b>                     | <b>1,71</b>  | -              |
|  |                            |                | <b>38,87</b>     | <b>39,26</b> | <b>129,9</b> | <b>1066,9</b>                     | <b>17,2</b>  | -              |

| Прием пищи                                | Наименование блюда          | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая<br>ценность (ккал) | Витамин<br>С | N<br>рецептуры |
|---|-----------------------------|----------------|------------------|--------------|--------------|-----------------------------------|--------------|----------------|
|   |                             |                | Б                | Ж            | У            |                                   |              |                |
| <b>15.01.2024г.</b>                       |                             |                |                  |              |              |                                   |              |                |
| Завтрак для<br>детей 3-7 лет              | Каша молочная манная        | 180            | 5,27             | 8,95         | 24,12        | 199,24                            | 0,81         | 34             |
|   | Бутерброд с маслом. сыром   | 30/5/7         | 3,26             | 1,07         | 11,4         | 122,6                             | 0,01         | 3              |
|   | Чай с сахаром               | 180            |                  |              | 10,78        | 38,7                              |              | 263            |
|   | <b>Итого за прием пищи</b>  | <b>400</b>     | <b>8,53</b>      | <b>10,02</b> | <b>46,3</b>  | <b>360,64</b>                     | <b>0,82</b>  | -              |
| Второй завтрак<br>для детей 3-7<br>лет    | Сок                         | 150            | 0,5              | 0,1          | 10,1         | 46,0                              | 2,0          |                |
|   | <b>Итого за прием пищи</b>  | <b>150</b>     | <b>0,5</b>       | <b>0,1</b>   | <b>10,1</b>  | <b>46,0</b>                       | <b>2,0</b>   | -              |
|   | Свекольник со сметаной      | 180            | 6,4              | 8,23         | 12,8         | 147,6                             | 12,96        | 6              |
|   | Салат овощной               | 60             | 0,84             | 6,79         | 5,64         | 88,0                              | 6,64         | 36             |
|   | Мясная тефтеля              | 90             | 11,54            | 7,38         | 7,38         | 93,5                              | 0,79         | 111            |
|   | Компот из сухофруктов       | 180            | 0,43             | 0,01         | 21,42        | 81,0                              | 0,36         | 241            |
|   | Хлеб ржано-пшеничный        | 50             | 3,3              | 0,6          | 16,7         | 89,5                              | 0            | 123            |
|   | <b>Итого за прием пищи</b>  | <b>560</b>     | <b>22,51</b>     | <b>23,01</b> | <b>63,94</b> | <b>499,6</b>                      | <b>20,75</b> | -              |
| Усиленный<br>полдник для<br>детей 3-7 лет | Творожные сырники           | 130            | 22,32            | 17,42        | 16,97        | 324,9                             | 0,23         | 55             |
|   | Сладкий подлив              | 40             | 0,48             | 1,33         | 2,95         | 22,7                              | 0,7          |                |
|   | Какао на молоке             | 180            | 1,08             | 1,17         | 10,39        | 81,0                              | 1,05         | 248            |
|   | <b>Итого за прием пищи:</b> | <b>350</b>     | <b>24,48</b>     | <b>19,92</b> | <b>30,31</b> | <b>428,6</b>                      | <b>1,35</b>  |                |
| <b>Итого за день:</b>                     |                             |                | <b>56,02</b>     | <b>53,05</b> | <b>150,7</b> | <b>1334,8</b>                     | <b>24,92</b> | -              |
|   |                             |                |                  |              |              |                                   |              | -              |