

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры |
|---|----------------------------|----------------|------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|--------------|----------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| 19.01.2024г. | | | | | | | | |
| 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 |
| | Итого за прием пищи | 350 | 6,85 | 7,71 | 50,12 | 296,65 | 0,68 | - |
| Второй завтрак для детей 2-3 лет | Сок яблочный | 80 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 46,0 | 2,0 | 532 |
| | Итого за прием пищи | 80 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 46,0 | 2,0 | - |
| Обед для детей 2-3 лет | Салат овощной | 40 | 3,98 | 4,88 | 0,68 | 87,0 | 0,72 | 22 |
| | Суп на мясном бульоне | 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 ягодный | 150 | 0,05 | | 13,15 | 45,0 | | 241 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 71,6 | | 123 |
| Итого за прием пищи | 510 | 28,83 | 17,94 | 66,29 | 521,02 | 8,24 | - | |
| Усиленный подник для детей 2-3 года | Картофель тушеный | 130 | 4,3 | 9,9 | 20,5 | 193,1 | 3,18 | 153 |
| | Пирожок с творогом | 50 | 3,2 | 3,6 | 20,3 | 135,0 | 5,4 | 294 |
| | Чай с сахаром | 150 | | | 8,98 | 32,25 | | 263 |
| Итого за прием пищи: | 330 | 7,5 | 13,5 | 49,78 | 360,35 | 8,58 | - | |
| Итого за день | | | 43,68 | 39,25 | 176,29 | 1224,35 | 19,5 | - |

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры |
|---|-----------------------------|----------------|------------------|--------------|--------------|-----------------------------------|--------------|----------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| 19.01.2024г. | | | | | | | | |
| 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 | |
| | Итого за прием пищи | 410 | 7,63 | 16,44 | 49,7 | 374,07 | 1,54 | - |
| Второй завтрак для детей 3-7 лет | Сок яблочный | 100 | 0,5 | | 13,7 | 56,0 | 0,03 | |
| | Итого за прием пищи | 100 | 0,5 | | 13,7 | 56,0 | 0,03 | - |
| Обед для детей 3-7 лет | Салат овощной | 60 | 0,73 | 4,53 | 3,72 | 60,99 | 3,9 | 54 |
| | Суп на мясном бульоне | 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 |
| | Итого за прием пищи | 620 | 33,37 | 20,37 | 82,52 | 576,0 | 13,36 | - |
| Усиленный полдник для детей 3-7 лет | Картофель тушеный | 150 | 12,4 | 11,3 | 17,3 | 230,0 | 9,6 | |
| | Пирожок с творогом | 70 | 4,48 | 5,04 | 28,4 | 180,0 | 2,1 | 294 |
| | Чай с сахаром | 180 | | | 10,78 | 38,7 | | 255 |
| | Итого за прием пищи: | 400 | 18,2 | 16,07 | 56,3 | 448,7 | 11,7 | - |
| Итого за день | | | 58,38 | 52,88 | 202,2 | 1454,7 | 26,53 | - |