

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
29.01.2024г.								
Завтрак для 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 сахаром	150			8,98	32,2		263/264
	Итого за прием пищи	330	7,04	7,76	46,06	305,4	0,84	-
	Яблоко	90	0,45	0,09	9,09	41,4	1,8	532
	Итого за прием пищи	90	0,45	0,09	9,09	41,4	1,8	-
	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
Усиленный полдник для детей 2-3 года	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,36	71,6		123
	Итого за прием пищи	460	13,62	16,08	50,0	422,78	12,85	-
	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	
	Итого за день:	350	17,76	15,33	24,78	297,31	1,71	-
			38,87	39,26	129,9	1066,9	17,2	-

