

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>31.01.2024г.</b>								
Завтрак для детей 2-3 лет	Вермишель молочная	150	4,93	6,75	19,59	140,28	0,6	29
	Бутерброд с повидлом	20/10	2,65	0,32	16,98	107,16		
	Чай с сахаром	150			8,97	32,25		263
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>330</b>	<b>7,58</b>	<b>7,87</b>	<b>45,54</b>	<b>279,7</b>	<b>0,6</b>	<b>-</b>
Второй завтрак для детей 2-3 лет	Снежок к-молочный	100	4,05	3,75	16,0	118,5	1,3	
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>100</b>	<b>4,05</b>	<b>3,75</b>	<b>16,0</b>	<b>118,5</b>	<b>1,3</b>	<b>-</b>
Обед для детей 2-3 лет	Закуска- икра кабачковая	40	0,09	1,18	0,26	11,84	1,17	
	Суп-уха	150	5,16	5,06	8,6	100,35	5,46	168
	Каша пшеничная с маслом	110	2,7	1,4	16,7	90,4	6,6	178
	Шницель	50	7,02	5,72	5,11	99,3	0,36	42
	Подлив	20	0,22	0,64	1,0	10,33	0,12	
	Компот из сухофруктов	150	0,36	0,01	17,85	67,50	0,30	241
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,36	71,6		123
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>570</b>	<b>18,19</b>	<b>14,49</b>	<b>62,78</b>	<b>451,32</b>	<b>14,01</b>	<b>-</b>
Усиленный полдник для детей 2-3 года	Салат овощной	40	0,85	3,42	3,07	48,0	3,36	53
	Тефтеля рыбная	70	14,7	4,24	3,5	155,75	0,04	104
	Вафля	15	0,48	0,42	12,01	52,5		
	Чай с сахаром	150			8,98	32,25		263
	Хлеб пшеничный	20	1,98	0,36	10,02	53,7		123
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>290</b>	<b>18,01</b>	<b>8,44</b>	<b>27,56</b>	<b>342,8</b>	<b>4,4</b>	<b>-</b>
<b>Итого за день</b>			<b>47,83</b>	<b>34,55</b>	<b>151,88</b>	<b>1192,32</b>	<b>20,31</b>	<b>-</b>

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>31.01.2024г.</b>								
Завтрак для детей 3-7лет	Вермишель молочная	180	5,9	8,1	23,5	168,33	0,81	10
	Бутерброд с повидлом	30/10	3,53	0,42	22,64	164,8		
	Чай с сахаром	180			10,78	38,7		263
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>400</b>	<b>9,43</b>	<b>8,92</b>	<b>46,54</b>	<b>357,93</b>	<b>0,81</b>	<b>-</b>
Второй завтрак для детей 3-7лет	Снежок к-молочный	150	5,4	5,0	21,6	158,0	1,8	
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>150</b>	<b>5,4</b>	<b>5,0</b>	<b>21,6</b>	<b>158,0</b>	<b>1,8</b>	<b>-</b>
Обед для детей 3-7 лет	Закуска- икра кабачковая	50	1,7	9,76	8,2	13,2	6,0	49
	Суп-уха	180	6,86	6,72	11,47	133,8	7,29	168
	Каша пшеничная с маслом	130	2,8	1,48	17,8	92,6	6,7	186
	Шницель	60	9,84	8,02	7,16	139,13	0,81	
	Подлив	30	0,33	0,96	1,5	15,49	0,18	227
	Компот из сухофруктов	180	0,43	0,01	21,42	81	0,36	241
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	16,7	89,5	0	123
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>690</b>	<b>25,26</b>	<b>27,55</b>	<b>84,25</b>	<b>564,05</b>	<b>22,15</b>	<b>-</b>
Усиленный полдник для детей 3-7 года	Салат овощной	60	5,95	6,31	15,1	138,34	1,68	27
	Тефтеля рыбная	90	25,3	7,27	6,0	160,96	0,07	104
	Вафля	20	0,64	0,56	16,02	70,0		
	Чай с сахаром	180			10,78	38,7		263
	Хлеб пшеничный	20	1,08	0,36	10,02	53,7		163
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>370</b>	<b>32,97</b>	<b>14,32</b>	<b>57,92</b>	<b>500,3</b>	<b>1,75</b>	<b>-</b>
<b>Итого за день</b>			<b>73,06</b>	<b>73,06</b>	<b>210,31</b>	<b>1580,3</b>	<b>26,51</b>	<b>-</b>