

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
19.02.2024г								
Завтрак для детей 2-3 лет	Каша молочная пшеничная	150	5,07	7,8	19,59	168,7	0,67	43
	Бутерброд с маслом, сыром	20/3/5	2,65	0,32	16,98	107,16		
	Какао на молоке	150	0,9	0,97	9,75	32,25	0,88	
Второй завтрак для детей 2-3 лет	Итого за прием пищи	330	8,62	9,09	46,32	307,5	1,5	-
	Яблоко	100	0,5	0,1	10,1	46	2,0	532
	Итого за прием пищи	100	0,5	0,1	10,1	46	2,0	-
	Салат с морской капустой	40	0,4	4,0	2,8	48,8	19	19
	Суп овощной со сметаной	150	4,86	9,67	7,74	101,32	6,12	151
Усиленный полдник для детей 2-3 года	Каша рисовая с маслом	110	2,66	3,15	26,89	146,63		304
	Мясные фрикадельки в соусе	50	8,4	8,6	7,7	144,5		
	Компот из сухофруктов	150	0,36	0,01	17,85	67,50	0,3	241
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,36	71,6	0	123
	Итого за прием пищи	540	19,32	25,91	76,34	577,35	25,81	-
Итого за день	Омлет	80	5,49	5,62	6,26	112,5	0,11	56
	Икра овощная	40	1,14	5,34	4,62	71,4	4,02	19
	Конфета	20	0,37	1,42	11,25	60		
	Чай с сахаром	150			8,97	32,25		263
	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	35,8		123
	Итого за прием пищи:	310	8,32	12,62	37,78	311,95	4,34	-
	Итого за день		36,76	47,72	170,54	1242,8	33,62	-

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
19.02.2024г								
Завтрак для детей 3-7 лет	Каша молочная пшеничная	180	5,95	6,31	15,1	138,34	1,68	27
	Бутерброд с маслом. сыром	30/5/7	5,27	7,49	14,7	136,13	0,21	1
	Какао на молоке	180	1,08	1,17	10,39	81	1,05	
	Итого за прием пищи	400	12,3	14,97	40,19	355,47	2,39	-
Второй завтрак для детей 3-7 лет	Яблоко	100	0,5	0,1	10,1	46	2,0	532
	Итого за прием пищи	100	0,5	0,1	10,1	46	2,0	-
	Салат с морской капустой	60	0,6	6,0	4,2	73,2	28,5	19
	Суп овощной со сметаной	180	5,82	11,52	9,28	121,58	7,34	151
	Каша рисовая со сл. маслом	130	3,15	3,73	31,78	173,29		304
	Мясные фрикадельки в соусе	60/30	10,08	10,32	9,24	169,8		
	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
	Итого за прием пищи	660	23,38	32,18	51,28	708,37	36,99	-
	Икра овощная	60	1,52	7,12	6,16	95,2	5,36	19
Омлет	100	6,11	6,28	7,25	125,0	0,13	56	
Конфета	20	0,39	1,48	12,3	63,2			
Чай с сахаром	180	0	0	10,78	38,7		263	
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	35,8		123	
Итого за прием пищи:	400	9,34	15,12	43,17	357,9	5,49	-	
Итого за день		45,52	62,37	145,04	1467,7	46,87	-	