

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>04.03.2024г</b>								
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	
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>330</b>	<b>8,62</b>	<b>9,09</b>	<b>46,32</b>	<b>307,5</b>	<b>1,5</b>	-
Второй завтрак для детей 2-3 лет	Яблоко	100	0,5	0,1	10,1	46	2,0	532
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	<b>2,0</b>	-
	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
	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	141,5		
	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
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>540</b>	<b>19,32</b>	<b>25,91</b>	<b>76,34</b>	<b>577,35</b>	<b>25,81</b>	-
Усиленный полдник для детей 2-3 года	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
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>310</b>	<b>8,32</b>	<b>12,62</b>	<b>37,78</b>	<b>311,95</b>	<b>4,34</b>	-
<b>Итого за день</b>			<b>36,76</b>	<b>47,72</b>	<b>170,54</b>	<b>1242,8</b>	<b>33,62</b>	-

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>04.03.2024г</b>								
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	
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>400</b>	<b>12,3</b>	<b>14,97</b>	<b>40,19</b>	<b>355,47</b>	<b>2,39</b>	-
Второй завтрак для детей 3-7лет	Яблоко	100	0,5	0,1	10,1	46	2,0	532
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	<b>2,0</b>	-
	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
<b>Итого за прием пищи</b>	<b>660</b>	<b>23,38</b>	<b>32,18</b>	<b>51,28</b>	<b>708,37</b>	<b>36,99</b>	-	
Усиленный полдник для детей 3-7 лет	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
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>400</b>	<b>9,34</b>	<b>15,12</b>	<b>43,17</b>	<b>357,9</b>	<b>5,49</b>	-
<b>Итого за день</b>			<b>45,52</b>	<b>62,37</b>	<b>145,04</b>	<b>1467,7</b>	<b>46,87</b>	-