

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
13.03.2024г.								
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
	Итого за прием пищи	330	7,58	7,87	45,54	279,7	0,6	-
Второй завтрак для детей 2-3 лет	Снежок к\м	100	4,05	3,75	16,0	118,5	1,3	
	Итого за прием пищи	100	4,05	3,75	16,0	118,5	1,3	-
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
	Итого за прием пищи	570	18,19	14,49	62,78	451,32	14,01	-
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
Итого за прием пищи:		290	18,01	8,44	27,56	342,8	4,4	-
Итого за день			47,83	34,55	151,88	1192,32	20,31	-

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
13.03.2024г.								
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
	Итого за прием пищи	400	9,43	8,92	46,54	357,93	0,81	-
Второй завтрак для детей 3-7лет	Снежок к\м	150	5,4	5,0	21,6	158,0	1,8	
	Итого за прием пищи	150	5,4	5,0	21,6	158,0	1,8	-
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
	Итого за прием пищи	690	25,26	27,55	84,25	564,05	22,15	-
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
Итого за прием пищи:		370	32,97	14,32	57,92	500,3	1,75	-
Итого за день			73,06	73,06	210,31	1580,3	26,51	-