

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
15.03.2024г.								
Завтрак для детей 2-3 лет	Каша молочная геркулесовая	150	4,39	7,46	20,1	166,8	0,67	281
	Бутерброд с маслом	25/3	2,46	0,25	21,05	97,6	0,01	1
	Чай с сахаром	150			8,97	32,25		263
	Итого за прием пищи	350	6,85	7,71	50,12	296,65	0,68	-
Второй завтрак для детей 2-3 лет	Сок	80	0,5	0,1	10,1	46,0	2,0	532
	Итого за прием пищи	80	0,5	0,1	10,1	46,0	2,0	-
Обед для детей 2-3 лет	Салат овощной	40	3,98	4,88	0,68	87,0	0,72	22
	Суп на мясном бульоне со сметаной	150	4,43	3,61	9,9	130,22	7,17	39
	Плов	130	20,4	9,44	29,2	187,2	0,5	178
	Кисель ягодный	150	0,05		13,15	45,0		241
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,36	71,6		123
	Итого за прием пищи	510	28,83	17,94	66,29	521,02	8,24	-
Усиленный полдник для детей 2-3 года	Картофель тушеный	130	4,3	9,9	20,5	193,1	3,18	153
	Блины	40	3,2	3,6	20,3	135,0	5,4	294
	Чай с сахаром	150			8,98	32,25		263
Итого за прием пищи:		320	7,5	13,5	49,78	360,35	8,58	-
Итого за день			43,68	39,25	176,29	1224,35	19,5	-

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
15.03.2024г.								
Завтрак для детей 3-7 лет	Каша молочная геркулесовая	180	5,27	8,95	24,12	199,24	0,81	281
	Бутерброд с маслом	30/5	2,36	7,49	14,7	136,13	0,01	1
	Чай с сахаром	180			10,78	38,7	0,72	
	Итого за прием пищи	410	7,63	16,44	49,7	374,07	1,54	-
Второй завтрак для детей 3-7 лет	Сок	100	0,5		13,7	56,0	0,03	
	Итого за прием пищи	100	0,5		13,7	56,0	0,03	-
Обед для детей 3-7 лет	Салат овощной	60	0,73	4,53	3,72	60,99	3,9	54
	Суп на мясном бульоне со сметаной	180	5,31	4,33	11,88	156,27	8,6	30
	Плов	150	23,6	10,9	33,8	216,0	0,5	178
	Кисель ягодный	180	0,1		16,2	54		206
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	16,7	89,5	0	123
	Итого за прием пищи	620	33,37	20,37	82,52	576,0	13,36	-
Усиленный полдник для детей 3-7 лет	Картофель тушеный	150	12,4	11,3	17,3	230,0	9,6	
	Блины	50	4,48	5,04	28,4	180,0	2,1	294
	Чай с сахаром	180			10,78	38,7		255
Итого за прием пищи:		380	18,2	16,07	56,3	448,7	11,7	-
Итого за день			58,38	52,88	202,2	1454,7	26,53	-