

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>20.03.2024г.</b>								
Завтрак для детей 2-3 лет	Каша молочная рисовая	150	5,24	7,8	18,76	166,79	0,68	33
	Бутерброд с повидлом	25/10	2,65	0,32	16,98	107,16		
	Кофейный напиток	150	0,97	0,97	10,5	68,2	0,6	253
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>335</b>	<b>9,53</b>	<b>9,15</b>	<b>46,24</b>	<b>342,16</b>	<b>1,27</b>	-
Второй завтрак для детей 2-3 лет	Яблоко	90	0,45	0,09	9,09	41,4	1,8	532
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>90</b>	<b>0,45</b>	<b>0,09</b>	<b>9,09</b>	<b>41,4</b>	<b>1,8</b>	-
	Суп вермишелевый с курицей	150	4,86	9,67	7,74	101,32	6,12	151
	Овощное рагу	110	4,3	3,53	4,68	121,33	15,1	200
	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	0	123
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>450</b>	<b>21,04</b>	<b>16,27</b>	<b>45,67</b>	<b>478,35</b>	<b>21,53</b>	-
Усиленный полдник для детей 2-3 года	Картофельное пюре	110	2,62	3,61	21,2	117,31	2,57	243
	Бефстроганов из печени	50	13,5	9,05	5,52	126,24	15,92	37
	Чай с сахаром и лимоном	150			8,97	32,25		263
	Сдоба домашняя с чесноком	50	3,22	3,6	28,8	202,43	0,22	168
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>360</b>	<b>19,34</b>	<b>16,26</b>	<b>64,49</b>	<b>428,23</b>	<b>3,14</b>	-
	<b>Итого за день</b>		<b>50,36</b>	<b>41,77</b>	<b>165,5</b>	<b>1290,14</b>	<b>27,74</b>	-

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>20.03.2024г.</b>								
Завтрак для детей 3-7 лет	Каша молочная рисовая	180	6,27	9,36	22,5	200,16	0,81	33
	Бутерброд с повидлом	30/10	3,53	0,42	22,64	164,8		
	Кофейный напиток	180	1,08	1,17	11,7	81,0	1,05	253
	<b>Итого за прием пищи</b>	<b>400</b>	<b>10,88</b>	<b>10,9</b>	<b>56,84</b>	<b>445,96</b>	<b>1,86</b>	-
Второй завтрак для детей 3-7 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>	-
	Суп вермишелевый, с курицей	180	5,31	4,33	11,88	156,27	8,6	38
	Овощное рагу	130	4,96	4,07	5,4	139,99	17,42	200
	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>540</b>	<b>24,36</b>	<b>12,02</b>	<b>57,78</b>	<b>544,46</b>	<b>26,53</b>	-
Усиленный полдник для детей 3-7 лет	Картофельное пюре	130	3,05	3,81	24,8	99,75	11,75	17
	Бифстроганов из печени	60	17,43	11,64	7,1	162,31	21,61	
	Чай с сахаром и лимоном	180			10,78	38,7		263
	Сдоба домашняя с чесноком	60	4,51	5,04	40,4	283,4	0,32	168
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>24,99</b>	<b>20,49</b>	<b>83,08</b>	<b>584,16</b>	<b>33,68</b>	-
	<b>Итого за день</b>		<b>60,73</b>	<b>43,51</b>	<b>207,8</b>	<b>1666,12</b>	<b>64,07</b>	-