

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
21.03.2024г.								
Завтрак для детей 2-3 лет	Каша молочная пшенная	150	5,07	7,8	19,4	168,67	0,67	31
	Яйцо отварное	20	2,1	1,9	0,10	24,8		
	Бутерброд с маслом	20/3	2,46	0,25	21,05	97,6	0,01	1
	Чай с сахаром	150			8,98	32,25		263
	Итого за прием пищи	340	9,63	9,95	49,17	323,32	0,68	-
Второй завтрак для детей 2-3 лет	Снежок-к\молочный продукт	100	4,05	3,75	16,2	118,5	0,24	532
	Итого за прием пищи	100	4,05	3,75	16,2	118,5	0,24	-
Обед для детей 2-3 лет	Сельдь с луком и зеленым горошком	40	3,9	4,88	0,68	87,0	0,72	22
	Суп крупяной с курицей	150	3,11	4,52	14,75	108,0	5,85	101
	Рожки с маслом	110	4,89	6,38	28,8	186,08	5,45	195
	Мясо, тушеное в соусе	50	6,42	5,18	1,65	78,5	1,23	206
	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
	Итого за прием пищи	530	21,31	21,45	77,09	598,68	13,55	-
	Ленивые голубцы	110	8,25	10,32	7,08	154,58	5,28	151
	Чай с сахаром	150			8,97	32,25		263
	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	35,8		123
Усиленный полдник для детей 2-3 года	Итого за прием пищи:	280	9,57	10,56	22,5	222,63	5,28	-
	Итого за день		44,56	45,71	165,19	1263,13	20,28	-

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
21.03.2024г.								
Завтрак для детей 3-7 лет	Каша молочная пшенная	180	6,27	9,36	22,5	201,16	0,81	31
	Бутерброд с маслом	30/5	2,36	7,49	14,7	136,13	0,01	1
	Яйцо отварное	20	2,1	1,9	0,10	24,8		
	Чай с сахаром	180			10,78	38,7		263
	Итого за прием пищи	410	10,73	18,75	48,08	400,8	0,82	-
Второй завтрак для детей 3-7 лет	Снежок-к\молочный продукт	150	5,4	5,0	21,6	158,0	1,8	532
	Итого за прием пищи	150	5,4	5,0	21,6	158,0	1,8	-
Обед для детей 3-7лет	Сельдь с луком и зеленым горошком	60	5,3	6,5	0,91	116,0	1,0	22
	Итого за прием пищи	60	5,3	6,5	0,91	116,0	1,0	22
Усиленный полдник для детей 3-7 лет	Суп крупяной с курицей	180	3,73	5,43	18,70	129,6	7,02	101
	Рожки с маслом	130	5,34	6,96	31,45	203,0	5,95	195
	Мясо тушеное в соусе	60	5,3	6,5	0,91	116,0		206
	Компот из сухофруктов	180	0,43	0,01	21,42	81,0	0,36	241
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	16,7	89,5	0	123
	Итого за прием пищи	660	23,4	25,55	90,09	736,2	14,93	-
	Ленивые голубцы	150	11,25	14,08	9,66	210,8	7,2	151
Чай с сахаром	180			10,78	38,7		263	
Хлеб пшеничный		20	1,32	0,24	6,68	35,8		123
	Итого за прием пищи:	350	12,57	14,32	27,12	285,3	7,2	-
Итого за день			52,1	63,62	186,89	1580,3	24,91	-