

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
29.03.2024г.								
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
Второй завтрак для детей 2-3 лет	Итого за прием пищи	350	6,85	7,71	50,12	296,65	0,68	-
	Сок	115	0,5	0,1	10,1	46,0	2,0	532
	Итого за прием пищи	115	0,5	0,1	10,1	46,0	2,0	-
Обед для детей 2-3 лет	Огурчик порционный	20	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
Усиленный полдник для детей 2-3 года	Кисель п,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	524,02	8,24	-
Итого за день	Картофель тушеный	130	4,3	9,9	20,5	193,1	3,18	153
	Булочка домашняя	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			
29.03.2024г.								
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	
Второй завтрак для детей 3-7 лет	Итого за прием пищи	410	7,63	16,44	49,7	374,07	1,54	-
	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	Огурчик порционный	40	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
Усиленный полдник для детей 3-7 лет	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	600	33,37	20,37	82,52	576,0	13,36	-
Итого за день	Картофель тушеный	150	12,4	11,3	17,3	230,0	9,6	294
	Булочка домашняя	70	4,48	5,04	28,4	180,0	2,1	255
	Чай с сахаром	180			10,78	38,7		
Итого за прием пищи:		400	18,2	16,07	56,3	448,7	11,7	-
Итого за день			58,38	52,88	202,2	1454,7	26,53	-