

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
21.05.2024г.								
Завтрак для детей 2-3 лет	Каша молочная рисовая	150	5,24	7,80	18,76	166,79	0,59	33
	Бутерброд с сыром	25/18	2,32	0,65	10,08	97,6	0,01	
	Чай с сахаром	150			8,98	32,25		263/264
	Итого за прием пищи	343	7,56	8,45	37,82	296,64	0,6	-
Второй завтрак для детей 2-3 лет	Яблоко	80	0,05	0	13,5	45		233
	Итого за прием пищи:	80	0,05	0	13,5	45		-
Обед для детей 2-3 лет	Салат овощной	40	0,47	0,87	0,9	32,7	5,67	17
	Щи со сметаной, св.капустой	150	2,2	3,6	5,15	70,86	11,65	56
	Мясной рулет с яйцом	60	13,31	7,88	5,28	158,74		391
	Кисель	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:	440	18,98	12,84	42,54	401,4	17,62	-
Усиленный полдник для детей 2-3 года	Суп-уха рыбная	150	5,16	5,06	8,6	100,35	5,46	294
	Чай с сахаром	150	-	-	10,08	38,57	1,95	255
	Пампушка	50	3,22	3,6	28,8	202,43	0,22	168
Итого за день:		350	8,38	8,66	47,48	341,35	2,1	-
			3497	29,95	13734	106139	20,32	-

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
21.05.2024г.								
Завтрак для детей 3-7 лет	Каша молочная рисовая	180	6,27	9,36	22,5	200,01	0,83	33
	Бутерброд с сыром	30/10	3,26	1,07	11,4	122,6	0,01	-
	Чай с сахаром	180			10,78	38,7	-	263
	Итого за прием пищи	400	9,53	10,43	44,68	361,01	0,84	-
Второй завтрак для детей 3-7 лет	Яблоко	100	0,05	0	13,5	45	-	233
	Итого за прием пищи	100	0,05	0	13,5	45	-	-
Обед для детей 3-7 лет	Салат овощной	60	0,95	1,75	5,3	65,4	11,34	17
	Щи со сметаной, св. капустой	180	2,64	5,09	6,17	84,9	13,9	56
	Мясной рулет с яйцом	80	15,52	9,01	5,95	181,42	-	391
	Кисель	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	550	22,84	16,46	55,54	502,22	25,6	-
Усиленный полдник для детей 3-7 лет	Суп-уха рыбная	180	6,86	6,72	11,47	133,8	7,29	-
	Чай с сахаром	180	0,13	-	12,1	46,29	2,34	200
	Пампушка	60	4,51	5,04	40,4	283,4	0,32	168
Итого за день:		420	11,5	11,76	63,97	463,49	9,95	-
			43,92	38,65	172,69	1344,72	36,39	-