

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
22.05.2024г.								
Завтрак для детей 2-3 лет	Каша молочная гречневая	150	5,24	7,8	18,76	166,79	0,68	42
	Бутерброд с маслом, сыром	25/3/5	4,38	6,55	11,82	128,48	0,17	3
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	8,98	32,25	0,00	263/264
	Итого за прием пищи	328	9,62	14,35	39,56	327,52	0,85	-
Второй завтрак для детей 2-3 лет	Сок	90	4,05	3,75	16,9	118,5	0,24	401
	Итого за прием пищи:	90	4,05	3,75	16,9	118,5	0,24	-
Обед для детей 2-3 лет	Свекольник со сметаной	150	3,79	5,85	11,39	135,0	7,18	6
	Ленивые голубцы	110	2,55	3,46	17,04	112,1	0,01	303
	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:	450	20,44	21,14	65,51	551,8	7,82	-
Усиленный полдник для детей 2-3 года	Пудинг творожный	100	13,16	8,8	10,9	173,0	0,22	
	Сладкий подлив	25	1,44	1,7	11,2	64,0		
	Кисель	150			8,97	32,25		263
	Печенье	20	0,28	0,38	2,79	15,54		81
Итого за день:		295	14,88	10,88	33,86	284,79	0,22	-
			48,99	50,2	155,83	1282,6	9,13	-

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
22.05.2024г.								
Завтрак для детей 3-7 лет	Каша молочная гречневая	180	6,27	9,36	22,5	200,16	0,81	42
	Бутерброд с маслом, сыром	30/5/7	5,27	7,49	14,71	136,13	0,21	3
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	10,78	38,7	-	263/264
	Итого за прием пищи	400	11,54	16,85	47,99	374,99	1,02	-
Второй завтрак для детей 3-7 лет	Сок	100	5,4	5,0	21,6	158,0	1,8	-
	Итого за прием пищи	100	5,4	5,0	21,6	158,0	1,8	-
Обед для детей 3-7 лет	Свекольник со сметаной	180	6,4	8,23	12,8	147,6	12,92	34
	Ленивые голубцы	130	3,0	4,4	20,13	132,4	0,02	303
	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		123
	Итого за прием пищи	570	32,3	34,06	76,94	699,46	13,61	-
Усиленный полдник для детей 3-7 лет	Пудинг творожный	150	15,34	10,9	15,32	220,4	0,28	-
	Сладкий подлив	20	1,44	1,7	11,2	64,0	-	-
	Кисель	180	-	-	10,78	38,7	-	263
	Печенье	20	0,28	0,38	2,72	15,54	-	81
Итого за день:		350	17,06	12,98	40,02	338,64	0,28	-
			66,3	68,89	186,55	1571,05	16,71	-