

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>18.06.2024г.</b>								
Завтрак для детей 2-3 лет	Каша молочная рисовая	150	5,24	7,80	18,76	166,79	0,59	33
	Бутерброд с сыром	25/5	2,32	0,65	10,08	97,6	0,01	
	Чай с сахаром	150			8,98	32,25		263/264
	Итого за прием пищи	<b>330</b>	<b>7,56</b>	<b>8,45</b>	<b>37,82</b>	<b>296,64</b>	<b>0,6</b>	-
Второй завтрак для детей 2-3 лет	Яблоко	80	0,05	0	13,5	45		233
	Итого за прием пищи:	<b>80</b>	<b>0,05</b>	<b>0</b>	<b>13,5</b>	<b>45</b>		-
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	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:	<b>440</b>	<b>18,98</b>	<b>12,84</b>	<b>42,54</b>	<b>401,4</b>	<b>17,62</b>	-
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
	Хлеб	30	3,22	3,6	28,8	202,43	0,22	168
	Пампушка	40	3,22	3,6	28,8	202,43	0,22	168
Итого за день:		<b>330</b>	<b>8,38</b>	<b>8,66</b>	<b>47,48</b>	<b>341,35</b>	<b>2,1</b>	-
			<b>3497</b>	<b>29,95</b>	<b>13734</b>	<b>106139</b>	<b>20,32</b>	-

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>18.06.2024г.</b>								
Завтрак для детей 3-7 лет	Каша молочная рисовая	180	6,27	9,36	22,5	200,01	0,83	33
	Бутерброд с сыром	30/7	3,26	1,07	11,4	122,6	0,01	-
	Чай с сахаром	180			10,78	38,7	-	263
	Итого за прием пищи	<b>397</b>	<b>9,53</b>	<b>10,43</b>	<b>44,68</b>	<b>361,01</b>	<b>0,84</b>	-
Второй завтрак для детей 3-7 лет	Яблоко	100	0,05	0	13,5	45	-	233
	Итого за прием пищи	<b>100</b>	<b>0,05</b>	<b>0</b>	<b>13,5</b>	<b>45</b>	-	-
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	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	<b>550</b>	<b>22,84</b>	<b>16,46</b>	<b>55,54</b>	<b>502,22</b>	<b>25,6</b>	-
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
	Хлеб	40	4,51	5,04	40,4	283,4	0,32	168
	Пампушка	50	3,22	3,6	28,8	202,43	0,22	168
Итого за день:		<b>450</b>	<b>11,5</b>	<b>11,76</b>	<b>63,97</b>	<b>463,49</b>	<b>9,95</b>	-
			<b>43,92</b>	<b>38,65</b>	<b>172,69</b>	<b>1344,72</b>	<b>36,39</b>	-