

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
21.06.2024г.								
Завтрак для детей 2-3 лет	Каша молочная кукурузная	150	4,31	4,97	13,7	168,2	0,68	43
	Булочка с маслом	25/3	4,38	6,55	11,82	128,48	0,17	3
	Чай с сахаром	150			8,98	32,25		263/264
	Итого за прием пищи	328	8,69	11,52	34,5	328,93	0,85	-
Второй завтрак для детей 2-3 лет	Яблоко	90	0,5	0,1	10,1	46	2,0	532
	Итого за прием пищи:	90	0,5	0,1	10,1	46	2,0	-
Обед для детей 2-3 лет	Салат овощной	40	0,47	0,87	0,9	32,7	5,67	17
	Рассольник с курицей с сметаной	150	1,26	1,05	5,53	37,1	1,48	22
	Плов	60	7,02	5,72	5,11	99,37	0,36	42
	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:	440	11,75	8,13	42,75	308,27	7,81	-
Усиленный полдник для детей 2-3 года	Пирожок с повидлом	80	2,41	3,18	28,44	152,72	0,32	148
	Молоко кипяченое	150			13,5	45,0		233
Итого за день:		230	2,41	3,18	41,94	197,72	0,32	-
			23,35	22,93	129,3	1008	10,98	-

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
21.06.2024г.								
Завтрак для детей 3-7 лет	Каша молочная кукурузная	180	5,17	5,96	16,44	201,87	0,81	43
	Бутерброд с маслом	30/5	2,36	7,49	14,7	136,13	-	1
	Чай с сахаром	180	-	-	10,78	38,7	-	263/264
	Итого за прием пищи	395	7,53	13,45	41,92	376,7	0,81	-
Второй завтрак для детей 3-7 лет	Яблоко	100	0,5	0,1	10,1	46	2,0	532
	Итого за прием пищи	100	0,5	0,1	10,1	46	2,0	-
Обед для детей 3-7 лет	Салат овощной	60	0,6	6,0	4,2	73,2	28,5	19
	Рассольник с курицей с сметаной	180	1,51	1,26	6,63	44,52	1,77	22
	Плов	70	9,83	8,01	7,16	139,1	0,5	42
	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	540	15,67	15,88	56,11	427,32	31,13	-
Усиленный полдник для детей 3-7 лет	Пирожок с повидлом	70	3,13	4,13	36,97	198,53	0,43	-
	Молоко кипяченое	180	-	-	16,2	54,0	-	233
		250	3,13	4,13	53,17	252,53	0,43	-
			26,83	33,56	161,3	1134,23	34,37	-