|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | | Выход блюда | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | Витамин С | N рецептуры | |
| Б | | | Ж | У | |
| **11.07.2024г.** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 3-7 лет | Каша молочная геркулесовая | | 180 | | 5,27 | | | 8,95 | 24,12 | | 199,24 | | 0,81 | 33 | |
| Бутерброд с маслом | | 30\ 5 | | 3,26 | | | 1,07 | 11,4 | | 122,6 | | - | - | |
| Чай с сахаром | | 180 | |  | | |  | 10,78 | | 38,7 | | - | 263/264 | |
| Итого за прием пищи | | **395** | | **8,53** | | | **10,02** | **46,3** | | **360,54** | | **0,81** | - | |
| Второй завтрак для детей 3-7 лет | Сок фруктовый | 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 | Борщ с курицей, сметаной | | 180 | | | 5,92 | | 8,1 | | 23,5 | | 168,33 | 8,98 | | 6 |
| Салат овощной | | 60 | | | 0,6 | | 4,1 | | 2,1 | | 47,1 | 8,52 | | - |
| Гороховое пюре | | 130 | | | 3,92 | | 5,38 | | 7,8 | | 108,9 | 2,86 | | - |
| Котлета печеночная | | 70 | | | 7,19 | | 8,75 | | 10,0 | | 156,0 | 7,32 | | 94 |
| Подлив | | 30 | | | 6,31 | | 8,01 | | 0,71 | | 63 | 0 | | 123 |
| 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 | | **700** | | | **27,57** | | **34,43** | | **76,93** | | **684,03** | **23,82** | | - |
| Усиленный полдник для детей 3-7 лет | Рожки с сыром | | 130 | | | 12,3 | | 12,01 | | 27,25 | | 261,6 | 0,16 | | 204 |
| Яйцо отварное | | 20 | | | 2,1 | | 1,9 | | 0,1 | | 24,8 | - | | - |
| Чай с сахаром | | 180 | | | - | | - | | 10,78 | | 38,7 | - | | 263 |
| Вафли | | 30 | | | 0,48 | | 0,42 | | 12,01 | | 52,5 | - | | - |
| Итого за день: | | | | **350** | | **14,88** | | **14,33** | | **50,14** | | **377,6** | **0,16** | | **-** |
|  | | | |  | | **51,48** | | **58,88** | | **183,47** | | **1468,17** | **26,79** | | **-** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | | Выход блюда | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | Витамин С | N рецептуры | |
| Б | | | Ж | У | |
| **11.07.2024г.** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 2-3 лет | Каша молочная геркулесовая | | 150 | | 4,39 | | | 7,46 | 20,1 | | 166,0 | | 0,68 | 33 | |
| Бутерброд с маслом | | 25/5 | | 2,32 | | | 0,65 | 10,08 | | 97,6 | |  |  | |
| Чай с сахаром | | 150 | |  | | |  | 8,98 | | 32,25 | |  | 263/264 | |
| Итого за прием пищи | | **330** | | **6,71** | | | **8,11** | **39,16** | | **295,85** | | **0,68** | - | |
| Второй завтрак для детей 2-3 лет | Сок фруктовый | 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 года | Борщ с курицей, сметаной | | 150 | | | 4,93 | | 6,75 | | 19,58 | | 140,27 | 7,48 | | 6 |
| Салат овощной | | 40 | | | 0,3 | | 2,7 | | 1,3 | | 29,5 | 2,87 | | 12 |
| Гороховое пюре | | 100 | | | 3,02 | | 4,14 | | 6,0 | | 83,8 | 2,2 | |  |
| Подлив | | 20 | | | 4,2 | | 5,4 | | 0,47 | | 42 | 0 | | 228 |
| Котлета печеночная | | 50 | | | 10,07 | | 5,0 | | 6,7 | | 130,7 | 6,1 | | 94 |
| Кисель | | 150 | | | 0,05 | |  | | 13,05 | | 54,0 | 0,30 | | 241 |
| Хлеб ржано-пшеничный | | 40 | | | 2,64 | | 0,48 | | 13,36 | | 71,6 | 0 | | 123 |
| Итого за прием пищи: | | **550** | | | **25,52** | | **24,48** | | **60,26** | | **511,37** | **18,95** | | - |
| Усиленный полдник для детей 2-3 года | Рожки с сыром | | 110 | | | 9,29 | | 10,01 | | 22,71 | | 218,0 | 0,14 | | 204 |
| Яйцо отварное | | 20 | | | 2,1 | | 1,9 | | 0,1 | | 24,8 | - | | - |
| Чай с сахаром | | 150 | | |  | |  | | 8,97 | | 32,35 |  | | 263 |
| Вафли | | 15 | | | 0,48 | | 0,42 | | 12,01 | | 52,5 | 15,4 | | 294 |
| Итого за день: | | | | **295** | | **11,87** | | **12,33** | | **34,82** | | **327,65** | **15,54** | | **-** |
|  | | | |  | | **44,6** | | **45,02** | | **144,3** | | **1265,92** | **37,17** | | **-** |