|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры |
| Б | Ж | У |
| **16.07.2024г.** |
| Завтрак для детей 3-7 лет | Каша молочная рисовая | 180 | 6,27 | 9,36 | 22,5 | 200,01 | 0,83 | 33 |
| Бутерброд с сыром | 30/7 | 3,26 | 1,07 | 11,4 | 122,6 | 0,01 | - |
| Чай с сахаром | 180 |  |  | 10,78 | 38,7 | - | 263 |
| Итого за прием пищи | **397** |  **9,53** | **10,43** | **44,68** | **361,01** | **0,84** | - |
|  Второй завтрак для детей 3-7 лет | Напиток витаминизированный | 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** | **50,54** | **475,22** | **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 с чесноком | 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** | **-** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры |
| Б | Ж | У |
| **16.07.2024г.** |
| Завтрак для детей 2-3 лет | Каша молочная рисовая | 150 | 5,24 | 7,80 | 18,76 | 166,79 | 0,59 | 33 |
| Бутерброд с сыром | 25/5 | 2,32 | 0,65 | 10,08 | 97,6 | 0,01 |  |
| Чай с сахаром | 150 |  |  | 8,98 | 32,25 |  | 263/264 |
| Итого за прием пищи | **330** | **7,56** | **8,45** | **37,82** | **296,64** | **0,6** | - |
|  Второй завтрак для детей 2-3 лет | Напиток витаминизированный | 100 | 0,05 | 0 | 13,5 | 45 |  | 233 |
| Итого за прием пищи: | **100** | **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 | 0,05 |  | 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: |  **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 с чесноком | 50 | 3,22 | 3,6 | 28,8 | 202,43 | 0,22 | 168 |
| Итого за день: | **330** | **8,38** | **8,66** | **47,48** |  **341,35** | **2,1** | **-** |
|  |  | **34,97** | **29,95** | **137,34** | **1061,39** | **20,32** | **-** |