|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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** | | **-** |