|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | | Выход блюда | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | Витамин С | | N рецептуры | |
| Б | | | Ж | У | |
| **19.07.2024** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 | 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 | Салат овощной | | 60 | | | 0,6 | | 6,0 | | 4,2 | | 73,2 | | 28,5 | | 19 |
| Щи по-уральски со сметаной | | 180 | | | 1,51 | | 1,26 | | 6,63 | | 44,52 | | 1,77 | | 22 |
| Тефтеля мясная | | 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 | | | 4,48 | | 5,04 | | 28,42 | | 189,0 | | 2,1 | | - |
| Молоко кипяченое | | 180 | | | 5,8 | | 5,0 | | 9,6 | | 108,0 | | 2,6 | |  |
| Итого за день: | | | | **250** | | **10,28** | | **10,04** | | **38,02** | | **297,0** | | **4,7** | | **-** |
|  | | | |  | | **33,98** | | **39,47** | | **146,15** | | **1147,02** | | **38,64** | | **-** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | | Выход блюда | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | Витамин С | | N рецептуры | |
| Б | | | Ж | У | |
| **19.07.2024** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 2-3 лет | Каша молочная кукурузная | | 150 | | 4,31 | | | 4,97 | 13,7 | | 168,2 | | 0,68 | | 43 | |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | | 25/3/5 | | 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 | | **333** | | **8,69** | | | **11,52** | **34,5** | | **328,93** | | **0,85** | | - | |
| 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 лет | Салат овощной | | 40 | | | 0,47 | | 0,87 | | 0,9 | | 32,7 | | 5,67 | | 17 |
| Щи по-уральски со сметаной | | 150 | | | 1,26 | | 1,05 | | 5,53 | | 37,1 | | 1,48 | | 22 |
| Тефтеля мясная | | 70 | | | 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: | | **450** | | | **11,75** | | **8,13** | | **42,75** | | **308,27** | | **7,81** | | - |
| Усиленный полдник для детей 2-3 года | Пирожок с повидлом | | 50 | | | 3,2 | | 3,6 | | 20,3 | | 135 | | 15,4 | | 294 |
| Молоко кипяченое | | 150 | | | 4,35 | | 3,75 | | 7,2 | | 81,0 | | 1,95 | | 255 |
|  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
|  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| Итого за день: | | | | **200** | | **7,55** | | **7,35** | | **27,5** | | **21,0** | | **17,35** | | **-** |
|  | | | |  | | **28,49** | | **27,1** | | **114,85** | | **899,2** | | **28,01** | | **-** |