|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | | Выход блюда | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | Витамин С | N рецептуры | |
| Б | | | Ж | У | |
| **29.07.2024** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 3-7 лет | Вермишель молочный суп | | 180 | | 5,9 | | | 8,1 | 23,5 | | 168,33 | | 0,81 | 10 | |
| Бутерброд с маслом сливочным, сыром | | 30/5\7 | | 5,27 | | | 7,49 | 14,7 | | 136,13 | | 0,21 | 3 | |
| Какао на молоке | | 180 | | 1,08 | | | 1,17 | 10,39 | | 81,0 | | 1,05 | 248 | |
| Итого за прием пищи | | **400** | | **12,25** | | | **16,67** | **48,05** | | **385,46** | | **2,07** | - | |
| 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 | | - |
| Суп гороховый с курицей | | 180 | | | 1,98 | | 2,01 | | 14,49 | | 167,22 | 3,87 | | 88 |
| Каша гречневая с маслом | | 130 | | | 5,06 | | 2,55 | | 22,8 | | 134,53 | 2,0 | |  |
| Гуляш | | 60 | | | 5,99 | | 7,58 | | 2,46 | | 163,96 | 0,79 | | 152 |
| Компот из сухофруктов | | 180 | | | 0,43 | | 0,01 | | 21,42 | | 81,0 | - | | 241 |
| Хлеб ржано-пшеничный | | 50 | | | 3,3 | | 0,6 | | 16,7 | | 89,5 | - | | 123 |
| Итого за прием пищи | | **670** | | | **17,36** | | **18,75** | | **82,07** | | **709,41** | **35,16** | | - |
| Усиленный полдник для детей 3-7 лет | Печеночно-рисовая запеканка | | 90 | | | 7,2 | | 2,93 | | 1,85 | | 61,35 | 0,36 | | 294 |
| Салат овощной | | 60 | | | 0,94 | | 1,74 | | 1,8 | | 65,4 | 11,3 | | 17 |
| Чай с сахаром | | 180 | | | - | | - | | 10,78 | | 38,7 | - | | 263 |
| Хлеб | | 20 | | | 1,98 | | 0,36 | | 10,02 | | 53,7 | - | | 123 |
| Итого за день: | | | | **350** | | **10,12** | | **2,33** | | **26,05** | | **219,15** | **17,78** | | **-** |
|  | | | |  | | **40,23** | | **38,88** | | **162,27** | | **1427,6** | **57,01** | | **-** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | | Выход блюда | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | Витамин С | N рецептуры | |
| Б | | | Ж | У | |
| **29.07.2024** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 2-3 лет | Вермишель молочный суп | | 150 | | 4,93 | | | 6,75 | 19,59 | | 140,28 | | 0,6 | 10 | |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | | 25/3/5 | | 4,38 | | | 6,55 | 11,82 | | 128,48 | | 0,17 | 3 | |
| Какао на молоке | | 150 | | 0,9 | | | 0,97 | 9,75 | | 32,25 | | 0,88 | 248 | |
| Итого за прием пищи | | **333** | | **10,24** | | | **14,27** | **41,16** | | **301,01** | | **1,11** | - | |
| 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 | | | 0,7 | | 2,7 | | 2,2 | | 35,7 | 10,3 | |  |
| Суп гороховый с курицей | | 150 | | | 1,66 | | 1,67 | | 9,66 | | 139,35 | 3,22 | | 88 |
| Каша гречневая с маслом | | 100 | | | 4,21 | | 2,13 | | 19,0 | | 112,5 | 6,16 | | 63 |
| Гуляш | | 40 | | | 6,42 | | 5,18 | | 1,65 | | 78,75 | 0,25 | | 277 |
| 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: | | **520** | | | **15,99** | | **12,17** | | **63,72** | | **505,4** | **19,11** | | - |
| Усиленный полдник для детей 2-3 года | Печеночно-рисовая запеканка | | 70 | | | 4,0 | | 1,65 | | 1,0 | | 34,3 | 0,52 | | 25 |
| Чай с сахаром | | 150 | | | - | | - | | 10,78 | | 38,7 |  | | 123 |
| Салат овощной | | 50 | | | 0,78 | | 1,45 | | 1,5 | | 54,5 | 9,45 | | - |
| Хлеб | | 20 | | | 1,32 | | 0,24 | | 6,68 | | 35,8 |  | | 123 |
| Итого за день: | | | | **270** | | **6,2** | | **3,33** | | **149,62** | | **194,23** | **15,62** | | **-** |
|  | | | |  | | **32,93** | | **29,87** | | **136,34** | | **1047,0** | **37,8** | | **-** |