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