|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | | Выход блюда | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | Витамин С | N рецептуры | |
| Б | | | Ж | У | |
| **31.07.2024** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 3-7 лет | Каша молочная гречневая | | 180 | | 6,27 | | | 9,36 | 22,5 | | 200,16 | | 0,81 | 42 | |
| Бутерброд с маслом, сыром | | 30/5/7 | | 5,27 | | | 7,49 | 14,71 | | 136,13 | | 0,21 | 3 | |
| Чай с сахаром | | 180 | | 0,00 | | | 0,00 | 10,78 | | 38,7 | | - | 263/264 | |
| Итого за прием пищи | | **400** | | **11,54** | | | **16,85** | **47,99** | | **374,99** | | **1,02** | - | |
| Второй завтрак для детей 3-7 лет | Напиток | 100 | | | 0,4 | | 0,4 | | 9,8 | | 44,0 | | 10,0 | - | |
| Итого за прием пищи | **100** | | | **0,4** | | **0,4** | | **9,8** | | **44,0** | | **10,0** | - | |
| Обед для детей 3-7 лет | Свекольник со сметаной | | 180 | | | 6,4 | | 8,23 | | 12,8 | | 147,6 | 12,92 | | 34 |
| Капуста тушеная | | 100 | | | 4,96 | | 4,07 | | 5,4 | | 133,99 | 17,42 | | 200 |
| Котлета мясная | | 60 | | | 12,8 | | 12,8 | | 4,88 | | 184,7 | - | | - |
| 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 |  | | 123 |
| Итого за прием пищи | | **570** | | | **27,9** | | **25,71** | | **61,22** | | **642,8** | **30,0** | | - |
| Усиленный полдник для детей 3-7 лет | Пудинг творожный | | 150 | | | 15,34 | | 10,9 | | 15,32 | | 220,4 | 0,28 | | - |
| Сладкий подлив | | 20 | | | 1,44 | | 1,7 | | 11,2 | | 64,0 | - | | - |
| Кисель | | 180 | | | 0,1 | | - | | 16,2 | | 54,0 | - | | 206 |
| Печенье | | 20 | | | 0 ,28 | | 0,38 | | 2,72 | | 15,54 | - | | 81 |
| Итого за день: | | | | **350** | | **17,16** | | **12,98** | | **45,44** | | **353,54** | **0,28** | | **-** |
|  | | | |  | | **61,83** | | **60,54** | | **164,45** | | **1417,33** | **41,71** | | **-** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | | Выход блюда | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | Витамин С | N рецептуры | |
| Б | | | Ж | У | |
| **31.07.2024** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 2-3 лет | Каша молочная гречневая | | 150 | | 5,24 | | | 7,8 | 18,76 | | 166,79 | | 0,68 | 42 | |
| Бутерброд с маслом, сыром | | 25/3/5 | | 4,38 | | | 6,55 | 11,82 | | 128,48 | | 0,17 | 3 | |
| Чай с сахаром | | 150 | | 0,00 | | | 0,00 | 8,98 | | 32,25 | | 0,00 | 263/264 | |
| Итого за прием пищи | | **333** | | **9,62** | | | **14,35** | **39,56** | | **327,52** | | **0,85** | - | |
| Второй завтрак для детей 2-3 лет | Напиток | 100 | | | 0,4 | | 0,4 | | 9,8 | | 44,0 | | 10,0 | - | |
| Итого за прием пищи: | **100** | | | **0,4** | | **0,4** | | **9,8** | | **44,0** | | **10,0** | - | |
| Обед для детей 2-3 лет | Свекольник со сметаной | | 150 | | | 3,79 | | 5,85 | | 11,39 | | 135,0 | 7,18 | | 6 |
| Котлета мясная | | 50 | | | 10,7 | | 10,7 | | 4,07 | | 153,9 | - | | - |
| Капуста тушеная | | 80 | | | 4,3 | | 3,53 | | 4,68 | | 121,6 | 15,1 | | 200 |
| 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: | | **470** | | | **21,79** | | **11,14** | | **51,35** | | **549,6** | **7,82** | | - |
| Усиленный полдник для детей 2-3 года | Пудинг творожный | | 100 | | | 13,16 | | 8,8 | | 10,9 | | 173,0 | 0,22 | | - |
| Сладкий подлив | | 20 | | | 1,44 | | 1,7 | | 11,2 | | 64,0 | - | | - |
| Кисель | | 150 | | | 0,05 | |  | | 13,5 | | 45,0 | - | | 263 |
| Печенье | | 15 | | | 0,28 | | 0,38 | | 2,79 | | 15,54 |  | | 81 |
| Итого за день: | | | | **285** | | **14,88** | | **10,88** | | **38,86** | | **297,54** | **0,22** | | **-** |
|  | | | |  | | **49,99** | | **40,2** | | **145,83** | | **1292,36** | **9,13** | | **-** |