

Утверждено
 Руководитель МОБОУ
 А.С. Верина
 МО. Ерменеев

День: День 10
 категория: Дети 3-7 лет

11.11.2022

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
54-7	каша молочная Дружба	200	5,56	5,04	28,26	175,78	0,1	0,2	0,9	196,2	0,82
5-2	Булочка с маслом	30	2,96	2,3	17,31	10,02	0,036	0,036	0,001	12	0,474
125	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	2,36	2,16	15,24	91,32	0,04	0,2	0,9	184,92	0,18
	ЗАВТРАК 2										
130-1	сок фруктовый или овощной	180	0,18	0,9	18,18	82,8	0,018	0,018	3,8	12,6	2,52
	ОБЕД										
45-1	суп фасолевый с мясом	200	10,04	9,54	15,74	192,56	0,18	0,08	6,78	65,04	2,1
90-1	тефтели мясо крупяные	180	19,1	21,96	25,7	362,95					
5-111	хлеб пшеничный обед	60	1,28	3,68	25,08	128,64	0	0	0	0	0
118-1	кисель	200	0	0	19,6	80	0,6	0,6	30	9	0
4-0	морская капуста	60	0,13	0,57	0	3,41					
115-3	соус молочно-сливочный	50	2,35	0,82	1,45	38	0,01	0,015	0,035	16	0,06
	ПОЛДНИК										
140-11	фрукты свежие	100	1,5	0,5	21	52,13	0	0	0	0	0
	УЖИН										
132-2	чай полусладкий	200	2,4	1,12	8,4	32,4	0,002	0,06	6,4	5,6	0,02
39-2	суп овощной	200	5,28	4,4	22,6	153,3	0	0	0	0	0
5-0	Хлеб пшеничный	40	0,86	2,46	16,74	85,77	0	0	0	0	0
137-3	блины с вареньем	90	3,69	6,12	27,9	188,97	0,045	0,018	1,188	48,501	0,09
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		57,69	61,57	261,2	1678,03	1,011	1,227	49,804	549,861	6,364

День: День 10
 категория: Дети 1-3 лет

11.11.2022

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
54-7	каша молочная Дружба	150	4,17	3,78	19,7	131,82	0,075	0,15	0,675	147,15	0,69
5-2	Булочка с маслом	30	2,96	2,3	17,31	10,02	0,036	0,036	0,001	12	0,474
125	Кофейный напиток из цикория с молоком	180	2,12	1,94	13,72	82,19	0,036	0,18	0,81	166,428	0,162
	ЗАВТРАК 2										
130-1	сок фруктовый или овощной	150	0,15	0,75	15,15	69	0,015	0,015	3	10,5	2,1
	ОБЕД										
45-1	суп фасолевый с мясом	180	9,04	8,59	14,17	173,3	0,144	0,072	6,102	58,536	1,89
90-1	тефтели мясо крупяные	160	16,98	19,52	22,85	322,62					
5-111	хлеб пшеничный обед	50	1,07	3,07	20,9	107,2	0	0	0	0	0
118-1	кисель	180	0	0	17,64	72	0,54	0,54	27	8,1	0
4-0	морская капуста	40	0,08	0,38	0	2,28					
115-3	соус молочно-сливочный	50	2,35	0,82	1,45	38	0,01	0,015	0,035	16	0,06
	ПОЛДНИК										
140-11	фрукты свежие	95	1,42	0,48	19,95	49,52	0	0	0	0	0
	УЖИН										
132-2	чай полусладкий	180	2,16	1,01	7,56	29,18	0,002	0,054	5,78	5,04	0,018
39-2	суп овощной	180	4,75	3,96	20,34	137,97	0	0	0	0	0
5-0	Хлеб пшеничный	30	0,64	1,84	12,56	64,33	0	0	0	0	0
137-3	блины с вареньем	90	3,69	6,12	27,9	188,97	0,045	0,018	1,188	48,501	0,09
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		51,58	54,56	231,2	1478,38	0,903	1,08	44,571	472,255	5,484

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022272

Владелец Ерастова Татьяна Григорьевна

Действителен с 19.04.2023 по 18.04.2024