

День: День 9
 категория: Дети 3-7 лет

08.12.2022

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углевод ы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
5-6	Хлеб с маслом	50	2,8	3,05	27,55	143,	0,075	0,035	0,002	20,	0,05
33-2	суп молочный гречневый	200	5,42	4,66	22,84	159,36	0,04	0,14	0,9	106,	0,46
117-1	какао-напиток на молоке	200	6,4	6,2	22,36	169,82	0,04	0,24	1,08	221,14	0,7
	ЗАВТРАК 2										
129-1	напиток из шиповника	200	0,22	0,54	15,72	75,76	0,012	0,04	160,	9,76	0,5
	ОБЕД										
28-1	борщ с мясом	200	10,76	9,04	17,98	206,14	0,06	6,7	9,98	59,14	0,88
135-4	гарнир перловый	150	0,5	4,18	30,1	141,75	0,054	0,027	0,	17,1	0,81
5-111	хлеб пшеничный обед	60	1,28	3,68	25,08	128,64	0,	0,	0,	0,	0,
124-1	компот из свежих фруктов	200	0,	0,	11,98	47,88	0,006	0,004	3,2	14,22	0,48
140-7	помидоры свежие	60	0,06	0,48	1,5	8,4	0,	0,	0,	0,	0,
49-2	бефстроганов мясной в сметанном соусе	150	22,47	17,17	7,3	302,05	0,09	0,18	0,9	13,23	3,3
	ПОЛДНИК										
140-11	фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,	52,13	0,	0,	0,	0,	0,
	УЖИН										
90-1	рыба в кляре	100	8,69	9,9	12,4	169,	0,11	0,1	7,36	38,	0,98
132-2	чай полусладкий	200	2,4	1,12	8,4	32,4	0,002	0,06	6,4	5,6	0,02
2-1	Печенье	30	3,	2,22	22,86	121,8	0,	0,	0,	0,	0,
5-0	Хлеб пшеничный	40	0,66	2,46	16,74	85,77	0,	0,	0,	0,	0,
3-1	зеленый горошек	60	0,58	11,04	25,58	145,3					
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		66,94	76,24	289,39	1989,2	0,489	7,526	189,822	504,19	8,18

День: День 9
 категория: Дети 1-3 лет

08.12.2022

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углевод ы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
5-6	Хлеб с маслом	45	2,52	2,74	24,79	128,7	0,068	0,032	0,002	18,	0,045
33-2	суп молочный гречневый	150	4,07	3,49	17,13	119,52	0,03	0,105	0,675	79,5	0,345
117-1	какао-напиток на молоке	180	5,76	5,58	20,12	152,84	0,036	0,216	0,972	199,026	0,63
	ЗАВТРАК 2										
129-1	капиток из шиповника	180	0,2	0,49	14,15	68,18	0,011	0,036	144,	8,784	0,45
	ОБЕД										
28-1	борщ с мясом	180	9,68	8,14	16,18	185,53	0,054	6,03	8,982	53,226	0,792
135-4	гарнир перловый	120	0,4	3,35	24,08	113,4	0,043	0,022	0,	13,68	0,648
5-111	хлеб пшеничный обед	50	1,07	3,07	20,9	107,2	0,	0,	0,	0,	0,
124-1	компот из свежих фруктов	180	0,	0,	10,78	43,09	0,005	0,004	2,88	12,798	0,432
140-7	помидоры свежие	40	0,04	0,32	1,	5,6	0,	0,	0,	0,	0,
49-2	бефстроганов мясной в сметанном соусе	130	19,47	14,88	6,33	261,78	0,078	0,156	0,78	11,466	2,86
	ПОЛДНИК										
140-11	фрукты свежие	95	1,42	0,48	19,95	49,52	0,	0,	0,	0,	0,
	УЖИН										
90-1	рыба в кляре	100	8,69	9,9	12,4	169,	0,11	0,1	7,36	38,	0,98
132-2	чай полусладкий	180	2,16	1,01	7,56	29,16	0,002	0,054	5,76	5,04	0,018
2-1	Печенье	30	3,	2,22	22,86	121,8	0,	0,	0,	0,	0,
5-0	Хлеб пшеничный	30	0,64	1,84	12,56	64,33	0,	0,	0,	0,	0,
3-1	зеленый горошек	40	0,38	7,36	17,06	96,86					
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		59,5	64,87	247,85	1716,51	0,437	6,755	171,411	439,52	7,2



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022272

Владелец Ерастова Татьяна Григорьевна

Действителен с 19.04.2023 по 18.04.2024