

День: День 7  
 категория: Дети 3-7 лет

20.12.2022

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
	<b>ЗАВТРАК</b>										
33-1	суп молочный вермешелевый	200	5,18	4,4	25,34	166,16	0,04	0,14	0,9	106,	0,46
5-6	Хлеб с маслом	50	2,8	3,05	27,55	143,	0,075	0,035	0,002	20,	0,05
117-1	какао-напиток на молоке	200	6,4	8,2	22,36	189,82	0,04	0,24	1,08	221,14	0,7
	<b>ЗАВТРАК 2</b>										
129-1	напиток из шиповника	200	0,22	0,54	15,72	75,76	0,012	0,04	160,	9,76	0,5
	<b>ОБЕД</b>										
28-1	борщ с мясом	200	10,76	9,04	17,98	206,14	0,06	6,7	9,98	59,14	0,88
49-1	гуляш мясной	150	17,47	15,91	5,74	244,7	0,081	0,199	0,855	17,783	2,43
5-111	хлеб пшеничный обед	80	1,28	3,68	25,08	128,64	0,	0,	0,	0,	0,
124-2	комлот из курицы	200	0,	1,	27,2	106,	0,2	0,6	3,2	180,	1,
140-6	огурец свежий	60	0,06	0,48	1,5	8,4					
135-4	гарнир перловый	150	0,5	4,18	30,1	141,75	0,054	0,027	0,	17,1	0,81
	<b>ПОЛДНИК</b>										
140-11	фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,	52,13	0,	0,	0,	0,	0,
	<b>УЖИН</b>										
77-0	омлет с сыром	130	19,69	12,75	1,91	238,64	0,016	1,211	0,507	48,233	0,054
132-2	чай полусладкий	200	2,4	1,12	8,4	32,4	0,002	0,06	6,4	5,6	0,02
5-0	Хлеб пшеничный	40	0,86	2,48	16,74	85,77	0,	0,	0,	0,	0,
3-1	зеленый горошек	60	0,58	11,04	25,58	145,3					
2-2	Конфеты	28	0,17	0,14	22,79	85,4	0,	0,	0,	0,	0,
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>69,87</b>	<b>76,49</b>	<b>294,99</b>	<b>2030,01</b>	<b>0,58</b>	<b>9,252</b>	<b>182,924</b>	<b>690,766</b>	<b>6,904</b>

День: День 7  
 категория: Дети 1-3 лет

20.12.2022

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
	<b>ЗАВТРАК</b>										
33-1	суп молочный вермешелевый	150	3,88	3,3	19,01	124,62	0,03	0,105	0,875	79,5	0,345
5-6	Хлеб с маслом	45	2,52	2,74	24,79	128,7	0,068	0,032	0,002	18,	0,045
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
	<b>ЗАВТРАК 2</b>										
129-1	напиток из шиповника	180	0,2	0,49	14,15	68,18	0,011	0,036	144,	8,784	0,45
	<b>ОБЕД</b>										
28-1	борщ с мясом	180	9,68	8,14	16,18	185,53	0,054	6,03	8,982	53,226	0,792
49-1	гуляш мясной	130	15,14	13,79	4,88	212,07	0,07	0,173	0,741	15,421	2,106
5-111	хлеб пшеничный обед	50	1,07	3,07	20,9	107,2	0,	0,	0,	0,	0,
124-2	комлот из курицы	180	0,	0,9	24,48	95,4	0,18	0,54	2,88	167,4	0,9
140-6	огурец свежий	40	0,04	0,32	1,	5,6					
135-4	гарнир перловый	120	0,4	3,35	24,08	113,4	0,043	0,022	0,	13,68	0,648
	<b>ПОЛДНИК</b>										
140-11	фрукты свежие	95	1,42	0,48	19,95	49,52	0,	0,	0,	0,	0,
	<b>УЖИН</b>										
77-0	омлет с сыром	95	14,39	9,32	1,4	174,39	0,012	0,885	0,37	35,247	0,039
132-2	чай полусладкий	180	2,16	1,01	7,56	29,16	0,002	0,054	5,76	5,04	0,018
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					
2-2	Конфеты	28	0,17	0,14	22,79	85,4	0,	0,	0,	0,	0,
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>57,85</b>	<b>61,83</b>	<b>251,01</b>	<b>1693,2</b>	<b>0,506</b>	<b>8,093</b>	<b>164,382</b>	<b>596,324</b>	<b>5,973</b>



*Handwritten signature in blue ink, likely of a medical professional or official.*

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022272

Владелец Ерастова Татьяна Григорьевна

Действителен с 19.04.2023 по 18.04.2024