

День: День 2
 категория: Дети 3-7 лет

27.12.2022

№ 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										
33-3	суп молочный рисовый	200	5,28	3,64	23,88	158,36	0,12	0,14	0,94	42	0,86
5-9	Хлеб с джемом	55	3,08	3,35	30,3	157,3	0,005	0,004	0,66	12,155	0,066
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										
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										
40-1	суп сырный с мясом	200	9,88	7,62	12,84	170,38	0,12	0,08	3,98	39,08	0,98
5-111	хлеб пшеничный обед	60	1,28	3,68	25,08	128,64	0	0	0	0	0
124-4	компот из изюма	200	0	0,6	27,6	106	0,2	0,6	3,2	184	1
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
140-7	помидоры свежие	60	0,06	0,48	1,5	8,4	0	0	0	0	0
75-1	макаронны отварные	150	3,42	5,97	36,6	200,78	0,09	0,047	0	13,688	1,114
	ПОЛДНИК										
129-1	напиток из шиповника	200	0,22	0,54	15,72	75,76	0,012	0,04	160	9,76	0,5
	УЖИН										
37-0	Бабушкин суп	200	5,88	4,2	16,04	135,78	0,1	0,06	7,08	38,2	0,92
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	2,46	16,74	85,77	0	0	0	0	0
2-1	Печенье	30	3	2,22	22,86	121,8	0	0	0	0	0
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		64,41	60,15	285,2	1936,02	0,797	1,469	187,84	591,433	11,98

День: День 2
 категория: Дети 1-3 лет

27.12.2022

№ 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										
33-3	суп молочный рисовый	150	3,96	2,73	17,91	118,77	0,09	0,105	0,705	31,5	0,645
5-9	Хлеб с джемом	45	2,52	2,74	24,79	128,7	0,004	0,003	0,54	9,945	0,054
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										
130-1	сок фруктовый или овощной	150	0,15	0,75	15,15	89	0,015	0,015	3	10,5	2,1
	ОБЕД										
40-1	суп сырный с мясом	180	8,89	6,86	11,38	153,34	0,108	0,072	3,582	35,154	0,882
5-111	хлеб пшеничный обед	50	1,07	3,07	20,9	107,2	0	0	0	0	0
124-4	компот из изюма	180	0	0,54	24,84	95,4	0,18	0,54	2,88	185,6	0,9
49-2	бефстроганов мясной в сметанном соусе	130	19,47	14,88	5,33	261,78	0,078	0,156	0,78	11,466	2,86
140-7	помидоры свежие	40	0,04	0,32	1	5,6	0	0	0	0	0
75-1	макаронны отварные	120	2,74	4,78	29,28	160,62	0,072	0,037	0	10,95	0,891
	ПОЛДНИК										
129-1	напиток из шиповника	180	0,2	0,49	14,15	68,18	0,011	0,036	144	8,784	0,45
	УЖИН										
37-0	Бабушкин суп	180	5,29	3,78	14,44	122,18	0,09	0,054	6,372	34,38	0,829
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
2-1	Печенье	30	3	2,22	22,86	121,8	0	0	0	0	0
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		55,89	51,59	243,27	1658,9	0,686	1,288	168,591	522,345	10,258

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Березка»
 МБДОУ № 20 «Березка»
 Руководитель: [подпись]
 [подпись]

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022272

Владелец Ерастова Татьяна Григорьевна

Действителен с 19.04.2023 по 18.04.2024