

*Уч. березка*  
*Зеленый*  
*Сметана*

День: День 8  
 категория: Дети 3-7 лет

11.01.2013

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углевод ы		В1	В2	С	Ca	Fe
ЗАВТРАК											
54-2	каша геркулесовая молочная	200	6,24	5,1	26,26	182,24	0,	0,	0,	0,	0,
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
6-2	Батон с джемом	43	1,01	2,63	17,99	91,71	0,038	0,01	0,	6,65	0,42
ЗАВТРАК 2											
130-1	сок фруктовый или овощной	180	0,18	0,9	18,18	82,8	0,018	0,018	3,6	12,6	2,52
ОБЕД											
43-1	суп кудрявый с мясом	200	11,04	9,	13,62	190,7	0,12	0,12	4,24	35,	1,16
135-2	гарнир гречневый	150	1,37	5,24	23,73	127,98	0,105	1,05	0,	14,25	4,5
5-111	хлеб пшеничный обед	60	1,28	3,68	25,08	128,64	0,	0,	0,	0,	0,
123-1	компот из свежемороженых ягод	200	0,08	0,2	17,42	69,44	0,008	0,008	40,	7,52	0,3
140-6	огурец свежий	60	0,06	0,48	1,5	8,4					
106-2	оладьи из печени	80	5,98	7,18	7,04	112,	0,072	0,072	0,472	22,48	4,48
116-0	соус овощной	50	5,66	0,94	5,54	77,57	0,015	0,005	1,105	4,135	0,185
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											
38-0	суп пюре	200	4,34	2,8	12,54	106,64	0,06	0,08	3,72	27,4	0,5
7-0	хлеб (сухарики)	50	0,	0,	0,	0,					
132-2	чай полусладкий	200	2,4	1,12	8,4	32,4	0,002	0,06	6,4	5,6	0,02
2-2	Конфеты	28	0,17	0,14	22,79	85,4	0,	0,	0,	0,	0,
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			42,37	42,11	231,05	1463,	0,488	1,663	220,437	330,316	14,765

День: День 8  
 категория: Дети 1-3 лет

11.01.2013

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углевод ы		В1	В2	С	Ca	Fe
ЗАВТРАК											
54-2	каша геркулесовая молочная	150	4,68	3,82	19,7	136,68	0,	0,	0,	0,	0,
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
6-2	Батон с джемом	43	1,01	2,63	17,99	91,71	0,038	0,01	0,	6,65	0,42
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											
43-1	суп кудрявый с мясом	180	9,94	8,1	12,28	171,63	0,108	0,108	3,816	31,5	1,044
135-2	гарнир гречневый	120	1,09	4,19	18,98	102,38	0,084	0,84	0,	11,4	3,6
5-111	хлеб пшеничный обед	60	1,07	3,07	20,9	107,2	0,	0,	0,	0,	0,
123-1	компот из свежемороженых ягод	180	0,07	0,18	15,68	62,5	0,005	0,007	36,	6,768	0,27
140-6	огурец свежий	40	0,04	0,32	1,	5,6					
106-2	оладьи из печени	60	4,47	5,39	5,28	84,	0,054	0,054	0,354	16,86	3,36
116-0	соус овощной	50	5,66	0,94	5,54	77,57	0,015	0,005	1,105	4,135	0,185
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											
38-0	суп пюре	180	3,91	2,52	11,29	95,98	0,054	0,072	3,348	24,66	0,45
7-0	хлеб (сухарики)	40	0,	0,	0,	0,					
132-2	чай полусладкий	180	2,16	1,01	7,56	29,16	0,002	0,054	5,76	5,04	0,018
2-2	Конфеты	28	0,17	0,14	22,79	85,4	0,	0,	0,	0,	0,
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			36,74	35,49	201,99	1269,18	0,422	1,381	198,193	292,725	12,059

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022272

Владелец Ерастова Татьяна Григорьевна

Действителен с 19.04.2023 по 18.04.2024