

День: День 1
 категория: Дети 3-7 лет

16.01.2023



№ 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										
54-1	каша молочная манная	200	5	4,62	28,36	177,68	0,02	0,04	0,08	24,6	25
5-1	Булочка с джемом	40	0,72	1,86	12,85	65,5	0,06	0,028	0	9	0,588
134-1	чай сладкий с молоком	200	3,24	3,12	17,7	109,26	0,02	0,14	0,66	128,1	0,64
	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										
39-3	щи со сметаной с мясом	200	10,78	9,14	17,92	206,52	0	0	9	0	0
72-1	плов с мясом	180	25,74	17,77	34,06	440,42	0,054	0,005	0,576	33,66	1,008
5-111	хлеб пшеничный обед	60	1,26	3,66	25,08	128,64	0	0	0	0	0
124-4	компот из изюма	200	0	0,8	27,6	106	0,2	0,6	3,2	184	1
140-6	огурец свежий	60	0,06	0,48	1,5	8,4					
	ПОЛДНИК										
124-1	компот из свежих фруктов	200	0	0	14,98	47,88	0,006	0,004	3,2	14,22	0,48
	УЖИН										
137-1	оладьи со сгущенным молоком	150	17,72	9	50,4	402,12	0,21	0,24	2,87	112,65	2,25
132-2	чай полусладкий	200	2,4	1,12	8,4	32,4	0,002	0,06	6,4	5,6	0,02
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		67,12	52,31	254,03	1807,64	0,59	1,135	20,366	524,43	33,506

День: День 1
 категория: Дети 1-3 лет

16.01.2023

№ 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										
54-1	каша молочная манная	150	3,75	3,46	21,27	133,26	0,015	0,03	0,045	18,45	18,75
5-1	Булочка с джемом	40	0,72	1,86	12,85	65,5	0,06	0,028	0	9	0,588
134-1	чай сладкий с молоком	180	2,92	2,81	15,93	98,35	0,018	0,126	0,594	115,29	0,576
	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										
39-3	щи со сметаной с мясом	180	9,7	8,23	16,13	185,87	0	0	0	0	0
72-1	плов с мясом	150	21,45	14,8	28,38	367,02	0,045	0,005	0,48	28,05	0,84
5-111	хлеб пшеничный обед	60	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	165,0	0,9
140-6	огурец свежий	40	0,04	0,32	1	5,6					
	ПОЛДНИК										
124-1	компот из свежих фруктов	180	0	0	10,78	43,09	0,005	0,004	2,88	12,798	0,432
	УЖИН										
137-1	оладьи со сгущенным молоком	180	16,35	7,8	43,68	348,5	0,182	0,208	2,314	97,63	1,95
132-2	чай полусладкий	180	2,16	1,01	7,56	29,16	0,002	0,054	5,76	5,04	0,018
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		57,31	44,67	216,47	1547,95	0,522	1,01	17,953	462,358	26,154

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022272

Владелец Ерастова Татьяна Григорьевна

Действителен с 19.04.2023 по 18.04.2024