



День: День 2
 категория: Дети 3-7 лет

17.01.2023

№ 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										
33-3	суп молочный рисовый	200	5,28	3,64	23,88	158,36	0,12	0,14	0,94	42,	0,86
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	6,2	22,36	169,82	0,04	0,24	1,08	221,14	0,7
	ЗАВТРАК 2										
124-9	напиток лимонный	200	0,	0,	0,	0,	0,	0,	0,	0,	0,
	ОБЕД										
37-1	суп шахтерский с мясом	200	10,16	8,74	18,18	199,64	0,4	0,6	9,3	58,	0,88
5-111	хлеб пшеничный обед	60	1,28	3,68	25,08	128,64	0,	0,	0,	0,	0,
124-2	компот из кураги	200	0,	1,	27,2	106,	0,2	0,6	3,2	186,	1,
49-1	гуляш мясной	150	17,47	15,91	5,74	244,7	0,081	0,199	0,855	17,793	2,43
140-7	помидоры свежие	60	0,06	0,48	1,5	8,4	0,	0,	0,	0,	0,
75-1	макаронь отварные	150	3,42	5,97	36,6	200,78	0,09	0,047	0,	13,688	1,114
	ПОЛДНИК										
140-11	Фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,	52,13	0,	0,	0,	0,	0,
	УЖИН										
10-10	винегрет	150	7,79	2,43	12,6	137,7	0,15	0,045	16,5	39,15	1,35
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,
56-1	пюре картофельное	180	4,7	4,45	28,35	174,19	0,126	12,636	3,762	66,096	0,862
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		67,12	61,85	298,04	1963,33	1,284	14,602	42,539	669,467	9,286

День: День 2
 категория: Дети 1-3 лет

17.01.2023

№ 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										
33-3	суп молочный рисовый	150	3,96	2,73	17,91	118,77	0,09	0,105	0,705	31,5	0,645
5-6	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	5,78	5,58	20,12	152,84	0,036	0,216	0,972	199,026	0,63
	ЗАВТРАК 2										
124-9	напиток лимонный	180	0,	0,	0,	0,	0,	0,	0,	0,	0,
	ОБЕД										
37-1	суп шахтерский с мясом	180	9,14	7,87	16,36	179,68	0,36	0,54	8,82	52,2	0,792
5-111	хлеб пшеничный обед	50	1,07	3,07	20,9	107,2	0,	0,	0,	0,	0,
124-2	компот из кураги	180	0,	0,9	24,48	95,4	0,18	0,54	2,88	167,4	0,9
49-1	гуляш мясной	130	15,14	13,79	4,98	212,07	0,07	0,173	0,741	15,421	2,106
140-7	помидоры свежие	40	0,04	0,32	1,	5,6	0,	0,	0,	0,	0,
75-1	макаронь отварные	120	2,74	4,78	29,28	160,62	0,072	0,037	0,	10,95	0,891
	ПОЛДНИК										
140-11	фрукты свежие	95	1,42	0,48	19,95	49,52	0,	0,	0,	0,	0,
	УЖИН										
10-10	винегрет	130	6,75	2,11	10,92	119,34	0,13	0,039	14,3	33,93	1,17
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,
56-1	пюре картофельное	150	3,91	3,71	23,62	145,15	0,105	10,53	3,135	55,08	0,735
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		56,25	53,15	257,29	1690,18	1,113	12,266	37,315	588,547	7,932

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022272

Владелец Ерастова Татьяна Григорьевна

Действителен с 19.04.2023 по 18.04.2024