



День: День 3  
 категория: Дети 3-7 лет

18.01.2023

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>											
6-2	Батон с джемом	43	1,01	2,63	17,99	91,71	0,038	0,01	0,	6,65	0,42
81-0	каша кукурузная	200	5,04	4,14	28,46	176,48	0,1	0,48	0,78	289,	1,28
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
<b>ЗАВТРАК 2</b>											
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
<b>ОБЕД</b>											
44-1	суп свекольный с мясом со сметаной	200	10,72	8,56	17,34	201,1	0,129	0,152	18,92	38,116	2,136
5-111	хлеб пшеничный обед	60	1,28	3,68	25,08	128,64	0,	0,	0,	0,	0,
123-1	компот из свежемороженой ягод	200	0,08	0,2	17,42	69,44	0,006	0,008	40,	7,52	0,3
106-3	печень в сметанном соусе	150	9,51	23,55	3,65	188,48	0,18	2,97	0,075	42,675	8,4
135-2	гарнир гречневый	150	1,37	5,24	23,73	127,98	0,105	1,05	0,	14,25	4,5
140-6	огурец свежий	60	0,06	0,48	1,5	8,4					
<b>ПОЛДНИК</b>											
140-11	фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,	52,13	0,	0,	0,	0,	0,
<b>УЖИН</b>											
39-2	суп овощной	200	5,28	4,4	22,6	153,3	0,	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
5-0	Хлеб пшеничный	40	0,86	2,46	16,74	85,77	0,	0,	0,	0,	0,
138-2	пирог творожный	120	11,72	13,61	24,46	258,53	0,07	0,387	0,395	110,796	0,462
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>53,37</b>	<b>73,63</b>	<b>261,79</b>	<b>1748,48</b>	<b>0,688</b>	<b>5,335</b>	<b>71,07</b>	<b>712,127</b>	<b>20,218</b>

День: День 3  
 категория: Дети 1-3 лет

18.01.2023

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>											
6-2	Батон с джемом	43	1,01	2,63	17,99	91,71	0,038	0,01	0,	6,65	0,42
81-0	каша кукурузная	150	3,78	3,1	21,34	132,36	0,075	0,36	0,585	216,75	0,96
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
<b>ЗАВТРАК 2</b>											
130-1	сок фруктовый или овощной	150	0,16	0,75	15,15	69,	0,015	0,015	3,	10,5	2,1
<b>ОБЕД</b>											
44-1	суп свекольный с мясом со сметаной	180	9,65	7,7	15,61	180,99	0,116	0,137	17,028	34,304	1,923
5-111	хлеб пшеничный обед	50	1,07	3,07	20,9	107,2	0,	0,	0,	0,	0,
123-1	компот из свежемороженой ягод	180	0,07	0,18	15,68	62,5	0,005	0,007	36,	6,768	0,27
106-3	печень в сметанном соусе	130	8,24	20,41	3,16	163,35	0,156	2,574	0,065	36,985	7,28
135-2	гарнир гречневый	120	1,09	4,19	18,98	102,38	0,084	0,84	0,	11,4	3,6
140-6	огурец свежий	40	0,04	0,32	1,	5,6					
<b>ПОЛДНИК</b>											
140-11	фрукты свежие	95	1,42	0,48	19,95	49,52	0,	0,	0,	0,	0,
<b>УЖИН</b>											
39-2	суп овощной	180	4,75	3,96	20,34	137,97	0,	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
5-0	Хлеб пшеничный	30	0,64	1,84	12,56	64,33	0,	0,	0,	0,	0,
138-2	пирог творожный	100	9,77	11,34	20,38	215,44	0,059	0,322	0,329	92,33	0,385
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>45,96</b>	<b>62,92</b>	<b>224,32</b>	<b>1493,7</b>	<b>0,586</b>	<b>4,499</b>	<b>63,577</b>	<b>587,155</b>	<b>17,118</b>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022272

Владелец Ерастова Татьяна Григорьевна

Действителен с 19.04.2023 по 18.04.2024