

День: День 10  
 категория: Дети 3-7 лет

27.01.2023



№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	<b>ЗАВТРАК</b>										
424-1	яйцо куриное отварное	50	6,	6,5	5,	78,5	0,	0,	0,	0,	0,
5-3	хлеб горячий бутерброд	60	7,28	4,54	0,49	87,9	0,	0,004	0,	0,87	0,009
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>										
39-1	суп овощной с мясом	200	10,4	10,4	23,28	226,3	0,16	0,14	15,	33,8	0,86
101-2	Позы мясные с маслом	180	13,79	17,8	40,73	362,88	0,271	0,459	5,832	60,3	2,312
5-111	хлеб пшеничный обед	60	1,28	3,68	25,08	128,64	0,	0,	0,	0,	0,
118-1	кисель	200	0,	0,	19,6	80,	0,6	0,6	30,	9,	0,
140-7	помидоры свежие	60	0,06	0,48	1,5	8,4	0,	0,	0,	0,	0,
	<b>ПОЛДНИК</b>										
124-1	компот из свежих фруктов	200	0,	0,	11,98	47,88	0,006	0,004	3,2	14,22	0,48
	<b>УЖИН</b>										
33-2	суп молочный гречневый	200	5,42	4,66	22,84	159,36	0,04	0,14	0,9	106,	0,46
132-2	чай полусладкий	200	2,4	1,12	8,4	32,4	0,002	0,06	6,4	5,6	0,02
5-2	Булочка с маслом	30	2,96	2,3	17,31	10,02	0,036	0,036	0,001	12,	0,474
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>52,13</b>	<b>54,54</b>	<b>209,63</b>	<b>1396,4</b>	<b>1,173</b>	<b>1,661</b>	<b>65,833</b>	<b>439,31</b>	<b>7,315</b>

День: День 10  
 категория: Дети 1-3 лет

27.01.2023

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	<b>ЗАВТРАК</b>										
424-1	яйцо куриное отварное	50	6,	6,5	5,	78,5	0,	0,	0,	0,	0,
5-3	хлеб горячий бутерброд	49	5,95	3,7	0,4	71,78	0,	0,003	0,	0,711	0,007
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	0,15	0,75	15,15	69,	0,015	0,015	3,	10,5	2,1
	<b>ОБЕД</b>										
39-1	суп овощной с мясом	180	9,36	9,36	20,95	203,67	0,144	0,126	13,5	30,42	0,774
101-2	Позы мясные с маслом	180	12,26	15,82	36,21	322,56	0,241	0,408	5,184	53,6	2,055
5-111	хлеб пшеничный обед	50	1,07	3,07	20,9	107,2	0,	0,	0,	0,	0,
118-1	кисель	180	0,	0,	17,64	72,	0,54	0,54	27,	8,1	0,
140-7	помидоры свежие	40	0,04	0,32	1,	5,6	0,	0,	0,	0,	0,
	<b>ПОЛДНИК</b>										
124-1	компот из свежих фруктов	180	0,	0,	10,78	43,09	0,005	0,004	2,88	12,798	0,432
	<b>УЖИН</b>										
33-2	суп молочный гречневый	150	4,07	3,49	17,13	119,52	0,03	0,105	0,675	79,5	0,345
132-2	чай полусладкий	180	2,16	1,01	7,56	29,16	0,002	0,054	5,76	5,04	0,018
5-2	Булочка с маслом	30	2,96	2,3	17,31	10,02	0,036	0,036	0,001	12,	0,474
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>46,14</b>	<b>48,26</b>	<b>183,75</b>	<b>1214,29</b>	<b>1,049</b>	<b>1,471</b>	<b>58,81</b>	<b>379,097</b>	<b>6,367</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022272

Владелец Ерастова Татьяна Григорьевна

Действителен с 19.04.2023 по 18.04.2024