



Ерастова И.О.

День: День 10
 категория: Дети 3-7 лет

10.02.2023

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
ЗАВТРАК											
81-0	каша кукурузная	200	5,04	4,14	28,46	176,48	0,1	0,48	0,78	289,	1,28
6-1	Батон с маслом	43	5,96	2,73	18,13	137,22	0,039	0,021	0,	8,982	0,444
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
ЗАВТРАК 2											
140-11	фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,	52,13	0,	0,	0,	0,	0,
ОБЕД											
39-1	суп овощной с мясом	200	10,4	10,4	23,28	226,3	0,16	0,14	15,	33,8	0,86
90-1	тефтели мясо крупяные	180	19,1	21,96	25,7	362,95					
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,
6-0	лук бланшированный	60	2,53	0,93	4,73	45,73	0,018	0,03	4,308	25,914	0,336
115-3	соус молочно-сливочный	50	2,35	0,82	1,45	38,	0,01	0,015	0,035	16,	0,06
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											
56-1	пюре картофельное	180	4,7	4,45	28,35	174,19	0,126	12,636	3,762	66,096	0,882
132-2	чай полусладкий	200	2,4	1,12	8,4	32,4	0,002	0,08	6,4	5,6	0,02
5-0	Хлеб пшеничный	40	0,88	2,46	16,74	85,77	0,	0,	0,	0,	0,
108-1	Колбаса отварная	60	9,06	7,5	0,72	118,2	0,	0,	0,	0,	0,
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			67,76	63,39	252,6	1825,09	1,107	14,222	221,185	649,072	4,562

День: День 10
 категория: Дети 1-3 лет

10.02.2023

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
ЗАВТРАК											
81-0	каша кукурузная	150	3,78	3,1	21,34	132,36	0,075	0,36	0,585	216,75	0,96
6-1	Батон с маслом	43	5,96	2,73	18,13	137,22	0,039	0,021	0,	8,982	0,444
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
ЗАВТРАК 2											
140-11	фрукты свежие	95	1,42	0,48	19,95	49,52	0,	0,	0,	0,	0,
ОБЕД											
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
90-1	тефтели мясо крупяные	160	16,98	19,52	22,85	322,62					
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,
6-0	лук бланшированный	40	1,68	0,62	3,16	30,48	0,012	0,02	2,872	17,276	0,224
115-3	соус молочно-сливочный	50	2,35	0,82	1,45	38,	0,01	0,015	0,035	16,	0,06
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											
56-1	пюре картофельное	150	3,91	3,71	23,62	145,15	0,105	10,53	3,135	55,08	0,735
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,
108-1	Колбаса отварная	60	9,06	7,5	0,72	118,2	0,	0,	0,	0,	0,
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			60,69	56,19	218,7	1600,28	0,974	11,882	197,697	532,86	3,827

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022272

Владелец Ерастова Татьяна Григорьевна

Действителен с 19.04.2023 по 18.04.2024