



День: День 7
 категория: Дети 3-7 лет

09.01.2024

№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углевод		В1	В2	С	Са	Fe
ЗАВТРАК											
33-4	суп молочный пшениный	200	5,42	4,44	24,72	166,16					
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											
140-11	фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,	52,13	0,	0,	0,	0,	0,
ОБЕД											
32-1	рассольник с мясом	200	10,78	8,72	18,68	207,66	0,1	0,08	7,3	42,6	0,88
49-1	гуляш мясной	150	17,47	15,91	5,74	244,7	0,081	0,199	0,855	17,793	2,43
5-111	хлеб пшеничный обед	60	1,28	3,68	25,08	128,64	0,	0,	0,	0,	0,
140-7	помидоры свежие	60	0,06	0,48	1,5	8,4	0,	0,	0,	0,	0,
122-1	компот из сухофруктов	200	0,	1,04	26,96	107,44	0,02	0,04	0,8	41,14	0,68
135-2	гарнир гречневый	150	1,37	5,24	23,73	127,98	0,105	1,05	0,	14,25	4,5
ПОЛДНИК											
124-1	компот из свежих фруктов	200	0,	0,	11,98	47,88	0,006	0,004	3,2	14,22	0,48
УЖИН											
132-2	чай полусладкий	200	2,4	1,12	8,4	32,4	0,002	0,06	6,4	5,6	0,02
424-1	яйцо куриное отварное	50	6,	6,5	5,	78,5	0,	0,	0,	0,	0,
5-0	Хлеб пшеничный	40	0,86	2,46	16,74	85,77	0,	0,	0,	0,	0,
75-1	макароны отварные	150	3,42	5,97	36,6	200,78	0,09	0,047	0,	13,688	1,114
2-2	Конфеты	28	0,17	0,14	22,79	85,4	0,	0,	0,	0,	0,
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			69,93	65,45	298,83	1886,66	0,519	1,755	19,637	390,431	10,854

День: День 7
 категория: Дети 1-3 лет

09.01.2024

№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углевод		В1	В2	С	Са	Fe
ЗАВТРАК											
33-4	суп молочный пшениный	150	4,07	3,33	18,54	124,62					
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	5,76	5,58	20,12	152,84	0,036	0,216	0,972	199,026	0,63
ЗАВТРАК 2											
140-11	фрукты свежие	95	1,42	0,48	19,95	49,52	0,	0,	0,	0,	0,
5-111	хлеб пшеничный обед	60	1,28	3,68	25,08	128,64	0,	0,	0,	0,	0,
ОБЕД											
32-1	рассольник с мясом	180	9,7	7,85	16,81	186,89	0,09	0,072	6,57	38,34	0,792
49-1	гуляш мясной	130	15,14	13,79	4,98	212,07	0,07	0,173	0,741	15,421	2,106
5-111	хлеб пшеничный обед	50	1,07	3,07	20,9	107,2	0,	0,	0,	0,	0,
140-7	помидоры свежие	40	0,04	0,32	1,	5,6	0,	0,	0,	0,	0,
122-1	компот из сухофруктов	180	0,	0,94	24,26	96,7	0,018	0,036	0,72	37,026	0,612
135-2	гарнир гречневый	120	1,09	4,19	18,98	102,38	0,084	0,84	0,	11,4	3,6
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											
132-2	чай полусладкий	180	2,16	1,01	7,56	29,16	0,002	0,054	5,76	5,04	0,018
424-1	яйцо куриное отварное	50	6,	6,5	5,	78,5	0,	0,	0,	0,	0,
5-0	Хлеб пшеничный	30	0,64	1,84	12,56	64,33	0,	0,	0,	0,	0,
75-1	макароны отварные	120	2,74	4,78	29,28	160,62	0,072	0,037	0,	10,95	0,891
2-2	Конфеты	28	0,17	0,14	22,79	85,4	0,	0,	0,	0,	0,
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			62,62	56,56	258,3	1627,62	0,445	1,484	17,645	348,001	9,126

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022272

Владелец Ерастова Татьяна Григорьевна

Действителен с 19.04.2023 по 18.04.2024