



День: День 3
 категория: Дети 3-7 лет

17.01.2024

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углевод ы		В1	В2	С	Ca	Fe
ЗАВТРАК											
54-2	каша геркулесовая молочная	200	0,24	5,1	26,26	182,24	0,	0,	0,	0,	0,
125	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	2,30	2,18	15,24	81,32	0,04	0,2	0,9	184,92	0,18
6-1	Батон с маслом	43	5,96	2,73	18,13	137,22	0,039	0,021	0,	8,982	0,444
ЗАВТРАК 2											
140-11	фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,	52,13	0,	0,	0,	0,	0,
ОБЕД											
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	комлот из свежемороженых ягод	200	0,08	0,2	17,42	69,44	0,006	0,008	40,	7,52	0,3
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					
49-5	гуляш из печени	150	7,62	15,49	10,64	174,48	0,276	1,799	27,562	21,177	5,841
ПОЛДНИК											
124-1	комлот из свежих фруктов	200	0,	0,	11,98	47,88	0,006	0,004	3,2	14,22	0,48
УЖИН											
38-0	суп пюре	200	4,34	2,8	12,54	106,64	0,06	0,08	3,72	27,4	0,5
132-2	чай полусладкий	200	2,4	1,12	8,4	32,4	0,002	0,06	6,4	5,6	0,02
7-0	хлеб (сухарики)	50	0,	0,	0,	0,					
4	Зефир	35	0,	0,35	28,52	108,5	0,	0,	0,	0,	0,
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			43,93	48,41	237,78	1468,37	0,663	3,374	100,702	322,185	14,401

День: День 3
 категория: Дети 1-3 лет

17.01.2024

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углевод ы		В1	В2	С	Ca	Fe
ЗАВТРАК											
54-2	каша геркулесовая молочная	150	4,68	3,82	19,7	136,68	0,	0,	0,	0,	0,
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
6-1	Батон с маслом	43	5,96	2,73	18,13	137,22	0,039	0,021	0,	8,982	0,444
ЗАВТРАК 2											
140-11	фрукты свежие	95	1,42	0,48	19,95	49,52	0,	0,	0,	0,	0,
ОБЕД											
44-1	суп свекольный с мясом со сметаной	180	9,65	7,7	15,61	180,99	0,118	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	комлот из свежемороженых ягод	180	0,07	0,18	15,68	62,5	0,005	0,007	36,	6,768	0,27
135-2	гарнир гречневый	120	1,09	4,19	18,98	102,38	0,084	0,84	0,	11,4	3,8
140-6	огурец свежий	40	0,04	0,32	1,	5,6					
49-5	гуляш из печени	130	6,6	13,43	9,22	151,22	0,239	1,559	23,887	18,353	5,062
ПОЛДНИК											
124-1	комлот из свежих фруктов	180	0,	0,	10,78	43,09	0,005	0,004	2,88	12,798	0,432
УЖИН											
38-0	суп пюре	180	3,91	2,52	11,29	95,98	0,054	0,072	3,348	24,66	0,45
132-2	чай полусладкий	180	2,16	1,01	7,56	29,16	0,002	0,054	5,76	5,04	0,018
7-0	хлеб (сухарики)	40	0,	0,	0,	0,					
4	Зефир	35	0,	0,35	28,52	108,5	0,	0,	0,	0,	0,
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			38,77	41,74	211,04	1292,23	0,58	2,874	89,713	288,733	12,361

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022272

Владелец Ерастова Татьяна Григорьевна

Действителен с 19.04.2023 по 18.04.2024