



День: День 4  
 категория: Дети 3-7 лет

18.01.2024

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углевод		В1	В2	С	Са	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>											
33-4	Суп молочный пшеничный	200	5,42	4,44	24,72	168,16					
5-8	Хлеб с помадкой	55	3,08	3,35	30,3	157,3	0,083	0,039	0,011	6,71	0,33
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
<b>ЗАВТРАК 2</b>											
140-11	Фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,	52,13	0,	0,	0,	0,	0,
<b>ОБЕД</b>											
45-8	суп харчо с мясом	200	10,98	9,04	21,94	223,48	0,	0,	0,	0,	0,
48-1	капуста тушеная с мясом	180	19,62	17,62	12,11	298,08	0,54	0,054	19,8	106,2	145,512
5-111	хлеб пшеничный обед	60	1,28	3,68	25,08	128,64	0,	0,	0,	0,	0,
124-2	комлот из куряти	200	0,	1,	27,2	106,	0,2	0,6	3,2	186,	1,
140-7	помидоры свежие	60	0,06	0,48	1,5	8,4	0,	0,	0,	0,	0,
<b>ПОЛДНИК</b>											
129-1	напиток из шиповника	200	0,22	0,54	15,72	75,76	0,012	0,04	160,	9,78	0,5
<b>УЖИН</b>											
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	0,06	6,4	5,6	0,02
5-0	Хлеб пшеничный	40	0,86	2,46	16,74	85,77	0,	0,	0,	0,	0,
140-5	Консервы из рыбы	50	0,	0,	0,	0,	0,075	0,04	0,	1,5	40,
2-1	Печенье	30	3,	2,22	22,86	121,8	0,	0,	0,	0,	0,
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>59,52</b>	<b>57,1</b>	<b>278,28</b>	<b>1799,93</b>	<b>1,078</b>	<b>13,709</b>	<b>194,253</b>	<b>603,006</b>	<b>188,944</b>

День: День 4  
 категория: Дети 1-3 лет

18.01.2024

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углевод		В1	В2	С	Са	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>											
33-4	Суп молочный пшеничный	150	4,07	3,33	18,54	124,62					
5-8	Хлеб с помадкой	45	2,52	2,74	24,79	128,7	0,068	0,032	0,009	5,49	0,27
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
<b>ЗАВТРАК 2</b>											
140-11	Фрукты свежие	95	1,42	0,48	19,95	49,52	0,	0,	0,	0,	0,
<b>ОБЕД</b>											
45-8	суп харчо с мясом	180	9,88	8,14	19,75	201,13	0,	0,	0,	0,	0,
48-1	капуста тушеная с мясом	150	16,35	14,68	10,1	248,4	0,45	0,045	16,5	88,5	121,26
5-111	хлеб пшеничный обед	50	1,07	3,07	20,9	107,2	0,	0,	0,	0,	0,
124-2	комлот из куряти	180	0,	0,9	24,48	95,4	0,18	0,54	2,88	167,4	0,9
140-7	помидоры свежие	40	0,04	0,32	1,	5,6	0,	0,	0,	0,	0,
<b>ПОЛДНИК</b>											
129-1	напиток из шиповника	180	0,2	0,49	14,15	68,18	0,011	0,036	144,	8,784	0,45
<b>УЖИН</b>											
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,
140-5	Консервы из рыбы	40	0,	0,	0,	0,	0,06	0,032	0,	1,2	32,
2-1	Печенье	30	3,	2,22	22,86	121,8	0,	0,	0,	0,	0,
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>51,02</b>	<b>48,51</b>	<b>240,38</b>	<b>1542,03</b>	<b>0,912</b>	<b>11,485</b>	<b>173,258</b>	<b>530,52</b>	<b>156,263</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022272

Владелец Ерастова Татьяна Григорьевна

Действителен с 19.04.2023 по 18.04.2024