

*Т.И. Верникова*  
*З.А. Д.Т. Давыдова*

МБДОУ  
 Д/С  
 "Березка"

День: День 1  
 категория: Дети 3-7 лет

11.03.2024

№ 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
<b>ЗАВТРАК</b>											
6-1	Батон с маслом	43	5,96	2,73	18,13	137,22	0,039	0,021	0,	8,982	0,444
54-4	каша молочная ячневая	200	5,04	4,38	29,1	175,52	0,	0,	0,	0,	0,
134-1	чай сладкий с молоком	200	3,24	3,12	17,7	109,28	0,02	0,14	0,66	128,1	0,64
<b>ЗАВТРАК 2</b>											
140-11	Фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,	52,13	0,	0,	0,	0,	0,
<b>ОБЕД</b>											
32-1	рассольник с мясом	200	10,78	8,72	18,68	207,66	0,1	0,08	7,3	42,6	0,88
52-1	жаркое по домашнему	220	18,61	18,5	27,87	353,85	0,22	14,74	7,04	21,12	1,98
5-111	хлеб пшеничный обед	60	1,28	3,68	25,08	128,64	0,	0,	0,	0,	0,
124-4	компот из изюма	200	0,	0,6	27,6	106,	0,2	0,6	3,2	184,	1,
<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>											
132-2	чай полусладкий	200	2,4	1,12	8,4	32,4	0,002	0,06	6,4	5,6	0,02
77-1	омлет	130	20,51	14,11	5,36	265,89	0,036	1,315	0,548	49,325	0,114
5-0	Хлеб пшеничный	40	0,86	2,46	16,74	85,77	0,	0,	0,	0,	0,
2-2	Конфеты	28	0,17	0,14	22,79	85,4	0,	0,	0,	0,	0,
3-1	зеленый горошек	60	0,58	11,04	25,58	145,3					
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>70,93</b>	<b>71,1</b>	<b>276,01</b>	<b>1932,94</b>	<b>0,623</b>	<b>16,96</b>	<b>28,348</b>	<b>453,947</b>	<b>5,558</b>

День: День 1  
 категория: Дети 1-3 лет

11.03.2024

№ 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
<b>ЗАВТРАК</b>											
6-1	Батон с маслом	43	5,96	2,73	18,13	137,22	0,039	0,021	0,	8,982	0,444
54-4	каша молочная ячневая	150	3,78	3,29	21,83	131,64	0,	0,	0,	0,	0,
134-1	чай сладкий с молоком	180	2,92	2,81	15,93	98,35	0,018	0,126	0,594	115,29	0,576
<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>											
32-1	рассольник с мясом	180	9,7	7,85	16,81	186,89	0,09	0,072	6,57	38,34	0,792
52-1	жаркое по домашнему	200	16,92	16,82	25,34	321,68	0,2	13,4	6,4	19,2	1,8
5-111	хлеб пшеничный обед	50	1,07	3,07	20,9	107,2	0,	0,	0,	0,	0,
124-4	компот из изюма	180	0,	0,54	24,84	95,4	0,18	0,54	2,88	165,6	0,9
<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>											
132-2	чай полусладкий	180	2,16	1,01	7,56	29,16	0,002	0,054	5,76	5,04	0,018
77-1	омлет	95	14,99	10,31	3,91	194,3	0,027	0,961	0,401	36,045	0,083
5-0	Хлеб пшеничный	30	0,64	1,84	12,56	64,33	0,	0,	0,	0,	0,
2-2	Конфеты	28	0,17	0,14	22,79	85,4	0,	0,	0,	0,	0,
3-1	зеленый горошек	40	0,38	7,36	17,06	96,86					
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>60,11</b>	<b>58,25</b>	<b>238,39</b>	<b>1641,04</b>	<b>0,561</b>	<b>15,178</b>	<b>25,485</b>	<b>401,295</b>	<b>5,045</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022272

Владелец Ерастова Татьяна Григорьевна

Действителен с 19.04.2023 по 18.04.2024