

Завед. МБА Уч. Д. Березка
 А. Т. Ершова



День: День 5
 категория: Дети 3-7 лет

15.03.2024

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
ЗАВТРАК											
54-2	каша геркулесовая молочная	200	6,24	5,1	26,26	182,24	0,	0,	0,	0,	0,
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
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											
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 крупянные	180	19,1	21,96	25,7	362,95	0,	0,	0,	0,	0,
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,
140-7	помидоры свежие	60	0,06	0,48	1,5	8,4	0,	0,	0,	0,	0,
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
75-3	макароны с сыром	180	8,41	6,16	37,66	250,61	0,092	0,049	0,	14,265	1,147
5-0	Хлеб пшеничный	40	0,86	2,46	16,74	85,77	0,	0,	0,	0,	0,
4	Зефир	35	0,	0,35	28,52	108,5	0,	0,	0,	0,	0,
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			58,57	57,1	279,09	1794,36	0,939	1,074	55,5	270,787	3,131

День: День 5
 категория: Дети 1-3 лет

15.03.2024

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	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											
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 крупянные	160	16,98	19,52	22,85	322,62	0,	0,	0,	0,	0,
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,
140-7	помидоры свежие	40	0,04	0,32	1,	5,6	0,	0,	0,	0,	0,
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
75-3	макароны с сыром	150	7,01	5,13	31,38	208,84	0,077	0,041	0,	11,888	0,956
5-0	Хлеб пшеничный	30	0,64	1,84	12,56	64,33	0,	0,	0,	0,	0,
4	Зефир	35	0,	0,35	28,52	108,5	0,	0,	0,	0,	0,
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			51,44	49,57	245,64	1570,62	0,843	0,966	49,95	243,656	2,786

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022272

Владелец Ерастова Татьяна Григорьевна

Действителен с 19.04.2023 по 18.04.2024