

Заведующий М.Т. Березина



День: День 3  
категория: Дети 3-7 лет

20.03.2024

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
	<b>ЗАВТРАК</b>										
54-2	каша геркулесовая молочная	200	6,24	5,1	26,26	182,24	0,04	0,2	0,9	0	0
125	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	2,36	2,16	15,24	91,32	0,039	0,021	0	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
	<b>ЗАВТРАК 2</b>										
140-11	фрукты свежие	100	1,5	0,5	21	52,13	0	0	0	0	0
	<b>ОБЕД</b>										
40-1	суп сырный с мясом	200	9,88	7,62	12,64	170,38	0,12	0,08	3,98	39,06	0,98
5-111	хлеб пшеничный обед	60	1,28	3,68	25,08	128,64	0	0	0	0	0
123-1	компот из свежемороженых ягод	200	0,08	0,2	17,42	69,44	0,006	0,008	40	7,52	0,3
106-2	оладьи из печени	80	5,96	7,18	7,04	112	0,072	0,072	0,472	22,48	4,48
135-2	гарнир гречневый	150	1,37	5,24	23,73	127,98	0,105	1,05	0	14,25	4,5
116-0	соус овощной	50	5,66	0,94	5,54	77,57	0,015	0,005	1,105	4,135	0,185
	<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>										
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
10-100	винегрет	75	3,89	1,22	6,3	68,85	0,075	0,022	8,25	19,575	0,675
2-2	Конфеты	28	0,17	0,14	22,79	85,4	0	0	0	0	0
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>52,31</b>	<b>44,74</b>	<b>266,64</b>	<b>1643,41</b>	<b>0,606</b>	<b>14,158</b>	<b>68,069</b>	<b>386,838</b>	<b>13,126</b>

День: День 3  
категория: Дети 1-3 лет

20.03.2024

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
	<b>ЗАВТРАК</b>										
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
	<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>										
40-1	суп сырный с мясом	180	8,89	6,86	11,38	153,34	0,108	0,072	3,582	35,154	0,882
5-111	хлеб пшеничный обед	50	1,07	3,07	20,9	107,2	0	0	0	0	0
123-1	компот из свежемороженых ягод	180	0,07	0,18	15,68	62,5	0,005	0,007	36	6,768	0,27
106-2	оладьи из печени	60	4,47	5,39	5,28	84	0,054	0,054	0,354	16,86	3,36
135-2	гарнир гречневый	120	1,09	4,19	18,98	102,38	0,084	0,84	0	11,4	3,6
116-0	соус овощной	50	5,66	0,94	5,54	77,57	0,015	0,005	1,105	4,135	0,185
	<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>										
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
10-100	винегрет	65	3,37	1,05	5,46	59,67	0,065	0,019	7,15	16,965	0,585
2-2	Конфеты	28	0,17	0,14	22,79	85,4	0	0	0	0	0
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>45,68</b>	<b>37,36</b>	<b>232,03</b>	<b>1419,4</b>	<b>0,618</b>	<b>11,786</b>	<b>60,776</b>	<b>339,61</b>	<b>10,673</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022272

Владелец Ерастова Татьяна Григорьевна

Действителен с 19.04.2023 по 18.04.2024