

Утверждено:
 Руководитель МБАУ АИ
 "Березка"
 И. Ермаков



День: День 7
 категория: Дети 3-7 лет

26.03.2024

№ 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										
33-2	суп молочный гречневый	200	5,42	4,66	22,84	159,36	0,04	0,14	0,9	106	0,46
5-9	Хлеб с джемом	55	3,08	3,35	30,3	157,3	0,005	0,004	0,66	12,155	0,066
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
	ЗАВТРАК 2										
140-11	фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,	52,13	0,	0,	0,	0,	0,
	ОБЕД										
39-3	щи со сметаной с мясом	200	10,78	9,14	17,92	206,52	0,	0,	0,	0,	0,
49-2	бефстроганов мясной в сметанном соусе	150	22,47	17,17	7,3	302,05	0,09	0,18	0,9	13,23	3,3
5-111	хлеб пшеничный обед	60	1,28	3,68	25,08	128,64	0,	0,	0,	0,	0,
75-1	макаронные отварные	150	3,42	5,97	36,6	200,78	0,09	0,047	0,	13,688	1,114
122-1	компот из сухофруктов	200	0,	1,04	26,96	107,44	0,02	0,04	0,8	41,14	0,68
140-6	огурец свежий	60	0,06	0,48	1,5	8,4					
	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
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,
3	Вафли	30	1,	0,88	23,25	106,25	0,	0,	0,	0,	0,
4-5	кукуруза сахарная консервированная	60	0,58	11,04	25,58	145,3	0,	0,	0,	0,	0,
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		79,76	81,8	303,17	2175,93	0,329	2,03	14,488	476,498	6,934

День: День 7
 категория: Дети 1-3 лет

26.03.2024

№ 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										
33-2	суп молочный гречневый	150	4,07	3,49	17,13	119,52	0,03	0,105	0,675	79,5	0,345
5-9	Хлеб с джемом	45	2,52	2,74	24,79	128,7	0,004	0,003	0,54	9,945	0,054
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
	ЗАВТРАК 2										
140-11	фрукты свежие	95	1,42	0,48	19,95	49,52	0,	0,	0,	0,	0,
	ОБЕД										
39-3	щи со сметаной с мясом	180	9,7	8,23	16,13	185,87	0,	0,	0,	0,	0,
49-2	бефстроганов мясной в сметанном соусе	130	19,47	14,88	6,33	261,78	0,078	0,156	0,78	11,466	2,86
5-111	хлеб пшеничный обед	50	1,07	3,07	20,9	107,2	0,	0,	0,	0,	0,
75-1	макаронные отварные	120	2,74	4,78	29,28	160,62	0,072	0,037	0,	10,95	0,891
122-1	компот из сухофруктов	180	0,	0,94	24,26	96,7	0,018	0,036	0,72	37,026	0,612
140-6	огурец свежий	40	0,04	0,32	1,	5,6					
	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
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,
3	Вафли	30	1,	0,88	23,25	106,25	0,	0,	0,	0,	0,
4-5	кукуруза сахарная консервированная	40	0,38	7,36	17,06	96,86	0,	0,	0,	0,	0,
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		65,96	65,91	255,01	1802,34	0,272	1,572	12,728	401,796	5,925

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022272

Владелец Ерастова Татьяна Григорьевна

Действителен с 19.04.2023 по 18.04.2024