



День: День 3
 категория: Дети 3-7 лет

15.05.2024

№ 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										
81-0	каша кукурузная	200	5,04	4,14	28,46	176,48	0,1	0,48	0,78	289,	1,28
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										
44-1	суп свекольный с мясом со сметаной	200	10,72	8,56	17,34	201,1	0,129	0,152	18,92	38,116	2,136
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
115-3	соус молочно-сливочный	50	2,35	0,82	1,45	38,	0,01	0,015	0,035	16,	0,06
63-4	запеканка рисово-печеночная	200	10,56	20,52	34,5	316,54	0,	0,	0,	0,	0,
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										
75-3	макароны с сыром	180	8,41	6,16	37,66	250,61	0,092	0,049	0,	14,265	1,147
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,
2-2	Конфеты	28	0,17	0,14	22,79	85,4	0,	0,	0,	0,	0,
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		51,75	53,67	277,69	1721,33	0,424	0,989	70,235	578,623	6,047

День: День 3
 категория: Дети 1-3 лет

15.05.2024

№ 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										
81-0	каша кукурузная	150	3,78	3,1	21,34	132,36	0,075	0,36	0,585	216,75	0,96
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										
44-1	суп свекольный с мясом со сметаной	180	9,65	7,7	15,61	180,99	0,116	0,137	17,028	34,304	1,923
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
115-3	соус молочно-сливочный	50	2,35	0,82	1,45	38,	0,01	0,015	0,035	16,	0,06
63-4	запеканка рисово-печеночная	180	9,5	18,47	31,05	284,89	0,	0,	0,	0,	0,
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										
75-3	макароны с сыром	150	7,01	5,13	31,38	208,84	0,077	0,041	0,	11,888	0,956
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,
2-2	Конфеты	28	0,17	0,14	22,79	85,4	0,	0,	0,	0,	0,
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		45,94	46,93	243,9	1511,29	0,365	0,819	63,098	478,958	5,225