



День: День 5  
 атегория: Дети 3-7 лет

17.05.2024

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углевод		В1	В2	С	Са	Fe
	<b>ЗАВТРАК</b>										
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	2,38	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
	<b>ЗАВТРАК 2</b>										
140-11	фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,	52,13	0,	0,	0,	0,	0,
	<b>ОБЕД</b>										
45-1	суп фасолевый с мясом	200	10,04	9,54	15,74	192,56	0,16	0,08	6,78	65,04	2,1
106-4	ласточкино гнездо	180	20,27	18,97	16,56	325,49	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,
140-6	огурец свежий	60	0,06	0,48	1,5	8,4					
	<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>										
127-1	молоко	180	5,76	5,04	7,38	100,8	0,036	0,234	1,08	217,8	0,18
138-1	пирожок с картофелем	150	13,65	10,2	44,1	373,65	0,105	0,03	3,15	118,5	1,2
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>67,12</b>	<b>58,4</b>	<b>222,57</b>	<b>1720,33</b>	<b>0,986</b>	<b>1,169</b>	<b>45,11</b>	<b>618,462</b>	<b>4,584</b>

День: День 5  
 атегория: Дети 1-3 лет

17.05.2024

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углевод		В1	В2	С	Са	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>										
45-1	суп фасолевый с мясом	180	9,04	8,59	14,17	173,3	0,144	0,072	6,102	58,536	1,89
106-4	ласточкино гнездо	160	18,02	16,86	14,72	289,33	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,
140-6	огурец свежий	40	0,04	0,32	1,	5,6					
	<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>										
127-1	молоко	150	4,8	4,2	6,15	84,	0,03	0,195	0,9	181,5	0,15
138-1	пирожок с картофелем	130	11,83	8,84	38,22	323,83	0,091	0,026	2,73	102,7	1,04
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>58,98</b>	<b>50,85</b>	<b>195,08</b>	<b>1503,96</b>	<b>0,885</b>	<b>1,038</b>	<b>40,422</b>	<b>639,044</b>	<b>4,118</b>