



День: День 9
 категория: Дети 3-7 лет

23.05.2024

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углевод		В1	В2	С	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
5-9	Хлеб с джемом	55	3,08	3,35	30,3	157,3					
33-4	суп молочный пшеничный	200	5,42	4,44	24,72	166,16	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										
36-3	щи со сметаной с мясом	200	10,78	9,14	17,92	206,52	0,	0,	0,	0,	0,
5-111	хлеб пшеничный обед	60	1,28	3,68	25,08	128,64	0,	0,	0,	0,	0,
124-2	компот из кураги	200	0,	1,	27,2	106,	0,2	0,6	3,2	186,	1,
75-1	макаронн. отварные	150	3,42	5,97	36,6	200,78	0,09	0,047	0,	13,688	1,114
140-6	огурец свежий	60	0,06	0,48	1,5	8,4					
46-5	тушен. из печени	150	7,62	15,49	10,64	174,48	0,276	1,799	27,562	21,177	5,841
	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										
36-2	суп овощной	200	5,28	4,4	22,6	153,3	0,	0,	0,	0,	0,
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,
138-2	растегай рыбные 100	100	9,32	6,26	34,29	249,44	0,2	0,03	1,	79,	0,8
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		57,42	64,49	311,33	1939,02	0,819	2,784	43,102	552,98	10,021

День: День 9
 категория: Дети 1-3 лет

23.05.2024

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углевод		В1	В2	С	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
5-6	Хлеб с джемом	45	2,52	2,74	24,79	128,7	0,004	0,003	0,54	9,945	0,054
33-4	суп молочный пшеничный	150	4,07	3,33	18,54	124,62					
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										
36-3	щи со сметаной с мясом	180	9,7	8,23	16,13	185,87	0,	0,	0,	0,	0,
5-111	хлеб пшеничный обед	50	1,07	3,07	20,9	107,2	0,	0,	0,	0,	0,
124-2	компот из кураги	180	0,	0,9	24,48	95,4	0,18	0,54	2,88	167,4	0,9
75-1	макаронн. отварные	120	2,74	4,78	29,28	160,62	0,072	0,037	0,	10,95	0,891
140-6	огурец свежий	40	0,04	0,32	1,	5,6					
46-5	тушен. из печени	130	6,6	13,43	9,22	151,22	0,239	1,559	23,887	18,353	5,062
	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										
36-2	суп овощной	180	4,75	3,96	20,34	137,97	0,	0,	0,	0,	0,
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,
138-2	растегай рыбные 100	100	9,32	6,26	34,29	249,44	0,2	0,03	1,	79,	0,8
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		60,79	66,93	269,94	1686,58	0,738	2,443	37,919	502,512	8,787