



День: День 1
 категория: Дети 3-7 лет

27.05.2024

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
	ЗАВТРАК										
6-2	Батон с джемом	43	1,01	2,63	17,99	91,71	0,038	0,01	0,	6,65	0,42
54-4	каша молочная ячневая	200	5,04	4,38	29,1	175,52	0,	0,	0,	0,	0,
134-1	чай сладкий с молоком	200	3,24	3,12	17,7	109,28	0,02	0,14	0,66	128,1	0,64
	ЗАВТРАК 2										
140-11	фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,	52,13	0,	0,	0,	0,	0,
	ОБЕД										
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
57-3	азу по татарски	220	15,53	14,26	29,22	314,29	0,22	14,74	20,9	20,02	1,98
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
140-7	помидоры свежие	60	0,06	0,48	1,5	8,4	0,	0,	0,	0,	0,
	ПОЛДНИК										
130-1	сок фруктовый или овощной	180	0,18	0,9	18,18	82,8	0,018	0,018	3,6	12,6	2,52
	УЖИН										
132-2	чай полусладкий	200	2,4	1,12	8,4	32,4	0,002	0,06	6,4	5,6	0,02
75-3	макароны с сыром	180	8,41	6,16	37,66	250,61	0,092	0,049	0,	14,265	1,147
4	Зефир	35	0,	0,35	28,52	108,5	0,	0,	0,	0,	0,
5-0	Хлеб пшеничный	40	0,86	2,46	16,74	85,77	0,	0,	0,	0,	0,
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		49,63	49,78	284,25	1702,05	0,556	15,105	78,34	259,795	9,127

День: День 1
 категория: Дети 1-3 лет

27.05.2024

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
	ЗАВТРАК										
6-2	Батон с джемом	43	1,01	2,63	17,99	91,71	0,038	0,01	0,	6,65	0,42
54-4	каша молочная ячневая	150	3,78	3,29	21,83	131,64	0,	0,	0,	0,	0,
134-1	чай сладкий с молоком	180	2,92	2,81	15,93	98,35	0,018	0,126	0,594	115,29	0,576
	ЗАВТРАК 2										
140-11	фрукты свежие	95	1,42	0,48	19,95	49,52	0,	0,	0,	0,	0,
	ОБЕД										
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
57-3	азу по татарски	200	14,12	12,96	26,56	285,72	0,2	13,4	19,	18,2	1,8
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
140-7	помидоры свежие	40	0,04	0,32	1,	5,6	0,	0,	0,	0,	0,
	ПОЛДНИК										
130-1	сок фруктовый или овощной	150	0,15	0,75	15,15	69,	0,015	0,015	3,	10,5	2,1
	УЖИН										
132-2	чай полусладкий	180	2,16	1,01	7,56	29,16	0,002	0,054	5,76	5,04	0,018
75-3	макароны с сыром	150	7,01	5,13	31,38	208,84	0,077	0,041	0,	11,888	0,956
4	Зефир	35	0,	0,35	28,52	108,5	0,	0,	0,	0,	0,
5-0	Хлеб пшеничный	30	0,64	1,84	12,56	64,33	0,	0,	0,	0,	0,
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		43,43	43,41	249,18	1485,37	0,499	13,725	70,456	232,872	8,03