



День: День 2  
 атегория: Дети 3-7 лет

28.05.2024

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углевод ы		B1	B2	C	Ca	Fe
	<b>ЗАВТРАК</b>										
33-3	суп молочный рисовый	200	5,28	3,64	23,88	158,36	0,12	0,14	0,94	42,	0,86
5-7	Хлеб с шоколадной пастой	55	3,08	3,35	30,3	157,3	0,066	0,071	0,001	12,469	0,005
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
	<b>ЗАВТРАК 2</b>										
140-11	фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,	52,13	0,	0,	0,	0,	0,
	<b>ОБЕД</b>										
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,
124-2	компот из кураги	200	0,	1,	27,2	106,	0,2	0,6	3,2	186,	1,
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
140-7	помидоры свежие	60	0,06	0,48	1,5	8,4	0,	0,	0,	0,	0,
135-2	гарнир гречневый	150	1,37	5,24	23,73	127,98	0,105	1,05	0,	14,25	4,5
	<b>ПОЛДНИК</b>										
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
	<b>УЖИН</b>										
63-5	запеканка творожная со сгущенным молоком	180	13,12	24,66	25,47	316,57					
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,
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>68,72</b>	<b>78,96</b>	<b>268,48</b>	<b>1929,32</b>	<b>0,77</b>	<b>2,511</b>	<b>35,041</b>	<b>545,405</b>	<b>15,041</b>

День: День 2  
 атегория: Дети 1-3 лет

28.05.2024

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углевод ы		B1	B2	C	Ca	Fe
	<b>ЗАВТРАК</b>										
33-3	суп молочный рисовый	150	3,96	2,73	17,91	118,77	0,09	0,105	0,705	31,5	0,645
5-7	Хлеб с шоколадной пастой	45	2,52	2,74	24,79	128,7	0,054	0,058	0,001	10,202	0,004
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
	<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>										
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,
124-2	компот из кураги	180	0,	0,9	24,48	95,4	0,18	0,54	2,88	167,4	0,9
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
140-7	помидоры свежие	40	0,04	0,32	1,	5,6	0,	0,	0,	0,	0,
135-2	гарнир гречневый	120	1,09	4,19	18,98	102,38	0,084	0,84	0,	11,4	3,6
	<b>ПОЛДНИК</b>										
130-1	сок фруктовый или овощной	150	0,15	0,75	15,15	69,	0,015	0,015	3,	10,5	2,1
	<b>УЖИН</b>										
63-5	запеканка творожная со сгущенным молоком	180	13,12	24,66	25,47	316,57					
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,
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>61,06</b>	<b>70,86</b>	<b>230,81</b>	<b>1682,24</b>	<b>0,655</b>	<b>2,121</b>	<b>31,126</b>	<b>480,838</b>	<b>12,68</b>