

от 1,5 - 3 лет на 12.02.2024 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша кукурузная вязкая	150	4,2	1,2	17,8	86,4	68
	Яйцо варёное (1 шт.)	25	1,3	1,5	0,4	32,5	27
	Чай с сахаром	180	0,12	-	6,4	28,6	8
	Хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Масло сливочное	5	0,1	3,8	0,1	44,6	
	Сыр	5	1,6	1,7	0,1	26,1	
<b>Итого на завтрак</b>		<b>390</b>	<b>8,4</b>	<b>9,4</b>	<b>40,6</b>	<b>280</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	2,1	0,1	10,15	70	
<b>Итого на второй завтрак</b>		<b>150</b>	<b>2,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,15</b>	<b>70</b>	
Обед	Салат из капусты и моркови с растительным маслом	40	0,8	2	3,3	37,7	37
	Суп крестьянский с крупой	150	1,8	3,65	11,3	86,5	45
	Гуляш из отварного мяса с подливом	50	4,8	7,7	5,8	171,6	44
	Вермишель отварная с маслом	120	3,6	1,9	22,3	84,6	
	Хлеб ржаной	50	3	1,1	21,3	78,4	
	Кисель	180	0,7	-	7,05	31,2	13
<b>Итого на обед</b>		<b>590</b>	<b>14,7</b>	<b>16,35</b>	<b>71,05</b>	<b>490</b>	
Полдник	Молоко	180	2,5	3,05	14,35	104,2	7
	Печенье	35	3,8	6,35	16,1	105,8	
<b>Итого на полдник</b>		<b>215</b>	<b>6,3</b>	<b>9,4</b>	<b>30,45</b>	<b>210</b>	
<b>Итого за весь день:</b>		<b>1345</b>	<b>31,5</b>	<b>35,25</b>	<b>152,25</b>	<b>1050</b>	

от 3 -7 лет на 12.02.2024г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша кукурузная вязкая	200	5,6	2	27,4	150,4	68
	Яйцо варёное (1 шт.)	25	2,3	3,3	0,4	38,5	27
	Чай с сахаром	200	0,12	-	8,4	38,6	8
	Хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Масло сливочное	5	0,1	3,8	0,1	44,6	
	Сыр	5	1,6	1,7	0,1	26,1	
<b>Итого на завтрак</b>		<b>460</b>	<b>10,8</b>	<b>12</b>	<b>52,2</b>	<b>360</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый	200	2,7	0,8	13,05	90	
<b>Итого на второй завтрак</b>		<b>200</b>	<b>2,7</b>	<b>0,8</b>	<b>13,05</b>	<b>90</b>	
Обед	Салат из капусты и моркови с растительным маслом	60	0,9	2,5	9,1	57,5	37
	Суп крестьянский с крупой	200	2,3	7,8	13,4	106,5	45
	Гуляш из отварного мяса с подливом	80	7,3	9,3	8,3	210,9	44
	Вермишель отварная с маслом	150	3,9	2,3	28,4	135,1	
	Хлеб ржаной	50	3	1,1	21,1	78,4	
	Кисель	200	1,5	-	11,05	41,6	13
<b>Итого на обед</b>		<b>740</b>	<b>18,9</b>	<b>23</b>	<b>91,35</b>	<b>630</b>	
Полдник	Молоко	200	4,3	2,65	23,05	164,2	7
	Печенье	50	3,8	6,35	16,1	105,8	
<b>Итого на полдник</b>		<b>250</b>	<b>8,1</b>	<b>9</b>	<b>39,15</b>	<b>270</b>	
<b>Итого за весь день:</b>		<b>1650</b>	<b>40,5</b>	<b>44,8</b>	<b>195,75</b>	<b>1350</b>	