

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 | |
| Итого на завтрак | | 390 | 8,4 | 9,4 | 40,6 | 280 | |
| Второй завтрак | Сок фруктовый | 150 | 2,1 | 0,1 | 10,15 | 70 | |
| | Итого на второй завтрак | | 150 | 2,1 | 0,1 | 10,15 | 70 |
| 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 |
| Итого на обед | | 590 | 14,7 | 16,35 | 71,05 | 490 | |
| Полдник | Молоко | 180 | 2,5 | 3,05 | 14,35 | 104,2 | 7 |
| | Печенье | 35 | 3,8 | 6,35 | 16,1 | 105,8 | |
| Итого на полдник | | 215 | 6,3 | 9,4 | 30,45 | 210 | |
| Итого за весь день: | | 1345 | 31,5 | 35,25 | 152,25 | 1050 | |

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 | |
| Итого на завтрак | | 460 | 10,8 | 12 | 52,2 | 360 | |
| Второй завтрак | Сок фруктовый | 200 | 2,7 | 0,8 | 13,05 | 90 | |
| Итого на второй завтрак | | 200 | 2,7 | 0,8 | 13,05 | 90 | |
| 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 |
| Итого на обед | | 740 | 18,9 | 23 | 91,35 | 630 | |
| Полдник | Молоко | 200 | 4,3 | 2,65 | 23,05 | 164,2 | 7 |
| | Печенье | 50 | 3,8 | 6,35 | 16,1 | 105,8 | |
| Итого на полдник | | 250 | 8,1 | 9 | 39,15 | 270 | |
| Итого за весь день: | | 1650 | 40,5 | 44,8 | 195,75 | 1350 | |