

от 1,5 - 3 лет на 13.02.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша геркулесовая молочная с маслом	150	7,1	4,4	17,9	136	35
	Кофейный напиток	180	0,12	-	6,8	37,6	1
	Хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Масло сливочное	5	0,1	3,8	0,1	44,6	
<b>Итого на завтрак</b>		<b>360</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 моркови с сахаром	40	0,8	2	3,3	47,7	38
	Суп свекольный на мясокостном бульоне	150	1,8	2,65	11,3	80,5	31
	Фрикадельки рыбные	50	4,8	10,7	5,8	130,5	46
	Соус	25	1,1	0,65	4,2	26,1	4
	Картофельное пюре	110	2,5	1,6	18,1	95,6	5
	Хлеб ржаной	50	3	1,1	21,3	78,4	
	Компот из сухофруктов	180	0,7	-	7,05	31,2	6
<b>Итого на обед</b>		<b>605</b>	<b>14,7</b>	<b>18,7</b>	<b>71,05</b>	<b>490</b>	
Полдник	Ватрушка с творогом	50	3,5	2	15,3	107,5	18
	Ряженка	150	2,8	5,05	15,15	102,5	14
<b>Итого на полдник</b>		<b>200</b>	<b>6,3</b>	<b>7,05</b>	<b>30,45</b>	<b>210</b>	
<b>Итого за весь день:</b>		<b>1315</b>	<b>31,5</b>	<b>35,25</b>	<b>152,25</b>	<b>1050</b>	

от 3 -7 лет на 13.02.2024г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша геркулесовая молочная с маслом	200	9,1	7	27,9	186	35
	Кофейный напиток	200	0,52	-	8,4	67,6	1
	Хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Масло сливочное	5	0,1	3,8	0,1	44,6	
<b>Итого на завтрак</b>		<b>430</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 моркови с сахаром	60	0,9	2,5	9,5	80,5	38
	Суп свекольный на мясокостном бульоне	200	1,9	5,3	20,5	118,5	31
	Фрикадельки рыбные	80	7,9	12,5	9,1	140,5	46
	Соус	25	1,1	0,65	4,2	26,1	4
	Картофельное пюре	150	2,9	2	19,45	120,5	5
	Хлеб ржаной	50	3	1,1	21,1	78,4	
	Компот из сухофруктов	200	1,2	-	7,5	65,5	6
<b>Итого на обед</b>		<b>765</b>	<b>18,9</b>	<b>24,05</b>	<b>91,35</b>	<b>630</b>	
Полдник	Ватрушка с творогом	50	3,5	2	15,3	107,5	18
	Ряженка	200	4,6	7	23,85	162,5	14
<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>1645</b>	<b>40,5</b>	<b>45,85</b>	<b>195,75</b>	<b>1350</b>	