

от 1,5 - 3 лет на 14.03.2024г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Суп рисовый молочный с маслом	150	7,1	4,4	17,9	136	25
	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	
Итого на завтрак		360	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 свеклы растительным маслом	40	2,6	6,7	9	80	58
	Щи из свежей капусты с картофелем на мясокостном бульоне	150	3,8	10,5	29,4	125,4	20
	Жаркое по-домашнему	150	6,58	1,05	9,8	191,6	12
	Хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Компот из сухофруктов	180	0,7	-	7,05	31,2	6
Итого на обед		545	14,76	19,45	71,05	490	
Полдник	Сочник из творога	50	3,5	2	15,3	107,5	49
	Ряженка	150	2,8	5,05	15,15	102,5	14
Итого на полдник		200	6,3	7,05	30,45	210	
Итого за весь день:		1255	31,56	36	152,25	1050	

от 3- 7 лет на 14.03.2024год

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Суп рисовый молочный с маслом	200	9,1	7	27,9	186	25
	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	
	Итого на завтрак	430	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 свеклы растительным маслом	60	3,5	7,8	15	135	58
	Щи из свежей капусты с картофелем на мясокостном бульоне	200	4,62	12,3	38,25	177,2	20
	Жаркое по-домашнему	200	8,5	1,5	14,8	190,5	12
	Хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Компот из сухофруктов	200	1,2	-	7,5	65,5	6
Итого на обед	685	18,9	22,8	91,35	630		
Полдник	Сочник из творога	50	3,5	2	15,3	107,5	49
	Ряженка	200	4,6	7	23,85	162,5	14
Итого на полдник	250	8,1	9	39,15	270		
Итого за весь день:		1565	40,5	44,6	195,75	1350	