

от 1,5 - 3 лет на 19.03.2024год

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша ячневая молочная с маслом	150	7,1	4,4	17,9	136	15
	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 капусты с растительным маслом	40	2,9	0,1	14	89,3	43
	Рассольник домашний	150	7,62	8,1	4,8	112,4	16
	Плов с мясом	150	2,4	9,25	29,4	195,3	54
	Хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Кисель	180	0,7	-	7,05	31,2	13
<b>Итого на обед</b>		<b>545</b>	<b>14,7</b>	<b>18,65</b>	<b>71,05</b>	<b>490</b>	
Полдник	Булка дрожжевая	50	3,8	4	16,1	107,5	39
	Молоко	180	2,5	3,05	14,35	102,5	7
<b>Итого на полдник</b>		<b>230</b>	<b>6,3</b>	<b>7,05</b>	<b>30,45</b>	<b>210</b>	
<b>Итого за весь день:</b>		<b>1285</b>	<b>31,5</b>	<b>35,2</b>	<b>152,25</b>	<b>1050</b>	

от 3-7 лет на 19.03.2024 год

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша ячневая молочная с маслом	200	9,1	7	27,9	186	15
	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 капусты с растительным маслом	60	3,9	1,5	20	120,3	43
	Рассольник домашний	200	8,92	11,5	9,8	180	16
	Плов с мясом	200	3,5	9,5	34,7	226,3	54
	Хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Кисель	200	1,5	-	11,05	41,6	13
<b>Итого на обед</b>		<b>685</b>	<b>18,9</b>	<b>23,7</b>	<b>91,35</b>	<b>630</b>	
Полдник	Булка дрожжевая	50	3,8	6,35	16,1	105,8	39
	Молоко	200	4,3	2,65	23,05	164,2	7
<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>1565</b>	<b>40,5</b>	<b>45,5</b>	<b>195,75</b>	<b>1350</b>	