

от 1,5 - 3 лет на 21.03.2024год

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшенная молочная	150	7,1	4,4	17,9	136	24
	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	Луковый салат	40	0,8	2	6,3	57	39
	Суп картофельный с фрикадельками	150	1,65	2,45	18,55	109,4	23
	Голубцы ленивые	130	7,5	7,45	14,9	180,3	32
	Соус	25	1,05	3,05	2,95	33,7	4
	Хлеб ржаной	50	3	1,1	21,3	78,4	
	Кисель	180	0,7	-	7,05	31,2	13
Итого на обед		575	14,7	16,05	71,05	490	
Полдник	Пирожок с повидлом	50	3,8	4	16,1	107,5	51
	Молоко	180	2,5	3,05	14,35	102,5	7
Итого на полдник		230	6,3	7,05	30,45	210	
Итого за весь день:		1315	31,5	32,6	152,25	1050	

от 3-7 лет на 21.03.2024год

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшениная молочная	200	9,1	7	27,9	186	24
	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	Луковый салат	60	1,5	2,5	11,6	90,5	39
	Суп картофельный с фрикадельками	200	2,65	5,3	25,75	130,5	23
	Голубцы ленивые	200	8,8	9,9	16,9	210,3	32
	Соус	25	1,45	4	4,95	78,7	4
	Хлеб ржаной	50	3	1,1	21,1	78,4	
	Кисель	200	1,5	-	11,05	41,6	13
Итого на обед		735	18,9	22,8	91,35	630	
Полдник	Пирожок с повидлом	50	3,8	6,35	16,1	105,8	51
	Молоко	200	4,3	2,65	23,05	164,2	7
Итого на полдник		250	8,1	9	39,15	270	
Итого за весь день:		1615	40,5	44,6	195,75	1350	