

от 1,5 -3 лет на 27.02.2024год

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	
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 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
Итого на обед		605	14,7	18,7	71,05	490	
Полдник	Ватрушка с творогом	50	3,5	2	15,3	107,5	18
	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:		1315	31,5	35,25	152,25	1050	

от 3 - 4 лет на 27.02.2024 год

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	
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 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	
Итого на обед		765	18,9	24,05	91,35	630	
Полдник	Ватрушка с творогом	50	3,5	2	15,3	107,5	18
	Ряженка	200	4,6	7	23,85	162,5	14
Итого на полдник		250	8,1	9	39,15	270	
Итого за весь день:		1645	40,5	45,85	195,75	1350	