

от 1.5 – 3 лет на 05.03.2024 год

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша ячневая молочная с маслом	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	
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	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
Итого на обед		505	11,8	18,55	57,05	400,7	
Полдник	Булка дрожжевая	50	3,8	4	16,1	107,5	39
	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:		1245	28,6	35,1	138,25	960,7	

от 3-7 лет на 05.03.2024год

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	
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	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
Итого на обед		625	15	22,2	71,35	509,7	
Полдник	Булка дрожжевая	50	3,8	6,35	16,1	105,8	39
	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:		1505	36,6	44	175,75	1229,7	