

Утверждаю
руководитель
учреждения



Хоменко Е.В.

(подпись)

(расшифровка подписи)

11.01.2024

15

День: 5
Неделя: 3
Сезон: Основной

с 01 сентября по 01 марта

Возрастная категория: 1,5-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
Завтрак							
	Сладкий плов	150	7,5	17,7	48,9	385,00	3,0
	Масло коровье сладкосливочное	7	0,07	5,50	0,07	49,60	
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
392	Чай с сахаром	150/7	1,0	1,2	9,2	52,40	1,1
Завтрак2							
10.00	Сок фруктовый	150	0,7	0,0	17,0	72,00	4
Обед							
14 (с)	Салат с огурцом и луком р/м	40	0,4	3,1	0,8	32,60	3,6
119 (к)	Щи из свежей капусты с мясом (155/10)	165	2,93	5,96	4,13	93,68	6,00
255	Котлета рыбная	60	4,8	3,2	8,9	101,21	0,1
350	Соус молочный	20	0,6	2,6	1,8	26,80	0,3
321	Пюре картофельное	100	2,0	4,9	11,6	106,00	5,5
376	Компот из плодов сухих (смесь косточковых плодов)	150	0,5	0,1	19,9	84,20	5,5
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
Полдник							
770 (с)	Булочка "Дорожная"	60	3,9	8,1	30,8	213,40	0,00
401	Кефир	160	4,6	4,8	7,3	93,50	1,60
Ужин							
291	Запеканка картофельная с мясом отварным	130	9,6	14,7	19,8	263,00	5,2
	Дополнительный гарнир: томаты в с/с	25	0,4	1,5	1,1	20,20	0,16
397	Какао с молоком	150	2,8	2,9	18,8	91,00	1
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 5, НЕДЕЛЯ 3 СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03), возрастная категория 1,5-3 лет			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
			48,5	78,6	249,0	1921,7	37,1

Утверждаю
руководитель
учреждения



Хоменко Е.В.

(расшифровка подписи)

11.01.2024

15 День: 5
Неделя: 3
Сезон: Основной

с 01 сентября по 01 марта

Возрастная категория: 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
Завтрак							
	Сладкий плов	200	10,0	23,6	65,2	420,00	4,5
	Масло коровье сладкосливочное	10	0,1	7,8	0,1	70,90	
	Хлеб пшеничный	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
392	Чай с сахаром	180/10	1,2	1,5	12,0	64,0	1,30
Завтрак2							
10.00	Сок фруктовый	150	0,7	0,0	17,0	72,00	4
Обед							
14 (с)	Салат с огурцом и луком р/м	60	0,6	4,8	1,2	48,95	4,50
119 (к)	Щи из свежей капусты с мясом (185/15)	200	3,6	7,3	5	113,6	7,30
255	Котлета рыбная	70	7,9	5,8	9,2	147,3	0,12
350	Соус молочный	25	0,80	3,30	2,30	34,00	0,37
321	Пюре картофельное	110	2,2	5,1	12,8	116,00	6,00
376	Компот из плодов сухих (смесь)	180	0,7	0,2	25,1	106,50	6,60
	Хлеб пшеничный	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
Полдник							
770 (с)	Булочка "Дорожная"	70	4,5	9,4	36,0	249,0	0,00
401	Кефир	180	5,3	5,1	8,6	109,5	1,56
Ужин							
291	Запеканка картофельная с мясом отварным	160	10,4	16,6	24,3	298,50	6,40
	Дополнительный гарнир: томаты в с/с	25	0,4	1,5	1,1	20,20	0,16
397	Какао с молоком	180	3,3	3,4	23,0	109,60	1,20
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 5, НЕДЕЛЯ 3 СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03), возрастная категория 3-7 лет			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
			62,0	99,1	310,0	2306,2	44,0