

Утверждаю  
руководитель  
учреждения



Хоменко Е.В

(расшифровка подписи)

17.01.2024

16 День: 1  
Неделя: 4  
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
<b>Завтрак</b>							
262 (к) 1	Каша жидкая на молоке (гречневая)	150	3,2	7,8	18,6	207,60	1,6
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
397	Какао с молоком	150	2,8	2,9	18,8	91,00	1
<b>Завтрак2</b>							
10.00	Яблоко	150	0,6	0,7	14,0	70,00	7
<b>Обед</b>							
14 (с)	Салат зеленый с огурцом и р/м	40	0,4	3,1	0,8	32,60	3,6
135 (к)	Суп картофельный с мясными фрикадельками	170	1,3	1,8	9,2	111,92	3,3
403 (к)	Плов с мясом	150	11,1	14,9	20,1	272,30	0,38
372	Компот из плодов свежих (яблоки)	150	0,1	0,1	11,9	50,00	1,3
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
<b>Полдник</b>							
777 (с)	Булочка "Алтайская"	60	3,6	4,5	29,5	185,50	0,008
401	Кефир	160	4,6	4,8	7,3	93,50	1,60
<b>Ужин</b>							
14	Салат из помидоров с луком и р/м	40	0,3	3,5	1,8	35,60	8,7
298/354.	Голубцы ленивые с соусом (110/15)	125	10,4	8,4	18,6	204,2	5,5
392	Чай с сахаром	150/7	1,0	1,2	9,2	52,40	1,1
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
<b>ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 1, НЕДЕЛЯ 4 СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03), возрастная категория 1,5-3 лет</b>			<b>Пищевые вещества (г)</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>	<b>Витамины (мг)</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>		<b>С</b>
			46,0	56,0	208,8	1643,7	35,1

Утверждаю  
руководитель  
учреждения



Хоменко Е.В

(расшифровка подписи)

17.01.2024

16 День: 1  
Неделя: 4  
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
<b>Завтрак</b>							
262 (к) I	Каша жидкая на молоке (гречневая)	200	4,2	8,3	24,2	289,6	2,10
	Хлеб пшеничный	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
397	Какао с молоком	180	3,3	3,4	23,0	109,60	1,20
<b>Завтрак2</b>							
10.00	Яблоко	150	0,6	0,7	14,0	70,00	7
<b>Обед</b>							
14 (с)	Салат зеленый с огурцом и р/м	60	0,6	4,8	1,2	48,95	4,50
135 (к)	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	1,5	1,9	9,7	131,67	3,90
403 (к)	Плов с мясом	180	13,32	18,10	25,20	330,50	0,46
372	Компот из плодов свежих (яблоки)	180	0,13	0,12	14,2	60,23	1,50
	Хлеб пшеничный	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
<b>Полдник</b>							
777 (с)	Булочка "Алтайская"	70	4,9	4,6	34,4	212,8	0,01
401	Кефир	180	5,3	5,1	8,6	109,5	1,56
<b>Ужин</b>							
14	Салат из помидоров с луком с р/м	60	0,5	5,3	2,7	53,5	13,00
298/354.	Голубцы ленивые с соусом (115/25)	140	11,8	10,2	22,7	243,5	6,2
392	Чай с сахаром	180/10	1,2	1,5	12,0	64,0	1,30
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
<b>ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 1, НЕДЕЛЯ 4 СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03), возрастная категория 3-7 лет</b>			<b>Пищевые вещества (г)</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>	<b>Витамины (мг)</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>		<b>С</b>
			57,6	67,6	259,1	2050,0	42,7