

Утверждаю  
руководитель  
учреждения



(подпись)

Хоменко Е.В.

(расшифровка подписи)

19.01.2024

8 День: 3  
Неделя: 2  
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) I	Каша жидкая на молоке (пшеничная)	150	2,8	7,8	18,6	170,20	1,6
395	Кофейный напиток с молоком	150	2,2	2,4	14	87,50	1,4
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
<b>Завтрак2</b>							
10-00	Сок фруктовый	100	0,1	0,00	10,3	42,00	0,8
<b>Обед</b>							
34	Салат из свеклы и горошка зеленого с р/м	40	0,6	3,9	3	49,60	3,6
87	Суп рыбный (с пшеном)	150	4,9	2,8	10,6	105,70	2,90
165	Каша гречневая	105	4,1	5,2	21,5	193,83	
305	Биточки рубленные из птицы	60	6,3	7,1	5,8	108,60	0,9
376	Компот из малины	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	
<b>Полдник</b>							
401	Ряженка	150	4,3	3,7	6,7	98,00	1,3
	Пряник заварной	60	3,8	2,4	57,8	184,80	
<b>Ужин</b>							
319 (к)	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	160	12,0	10,3	16,6	242,07	6,3
	Огурец консервированный	20	0,3	0,04	0,5	3,85	2,0
392	Чай с сахаром	150/7	1,0	1,2	9,2	52,4	1,10
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
<b>ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 3, НЕДЕЛЯ 2 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>
			49,4	49,3	243,5	1659,9	27,4

Утверждаю  
руководитель  
учреждения



Хоменко Е.В.

(расшифровка подписи)

19.01.2023

8 День: 3  
Неделя: 2  
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		
<b>Завтрак</b>							
262 (к) I	Каша жидкая на молоке (пшеничная)	200	3,7	10,5	24,0	227,00	1,92
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,6	2,9	17,0	107,5	1,70
	Хлеб пшеничный	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
<b>Завтрак2</b>							
10-00	Сок фруктовый	100	0,1	0,00	10,3	42,00	0,8
<b>Обед</b>							
34	Салат из свеклы и горошка зеленого с р/м	60	0,9	5,9	5	74,40	4,00
87	Суп рыбный (с пшеном)	200	6,5	3,7	14,1	140,93	3,80
165	Каша гречневая	115	4,8	6,1	23,3	231,98	
305	Биточки рубленые из птицы	70	7,4	8,2	6,8	126,70	0,97
376	Компот из малины	180	0,70	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	
<b>Полдник</b>							
401	Ряженка	180	5,6	4,6	8,2	119,20	1,56
	Пряник заварной	60	3,8	2,4	57,8	184,80	
<b>Ужин</b>							
319 (к)	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	180	13,8	11,7	18,5	272,33	7,09
	Огурец консервированный	25	0,25	0,03	0,62	3,50	2,50
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 3, НЕДЕЛЯ 2 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>		
			61,6	61,5	289,4	2026,9	32,2