

Утверждаю
руководитель
учреждения



(подпись)

Хоменко Е.В.

(расшифровка подписи)

10.01.2024

1 День: 1
Неделя: 1
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							
	Яйцо отварное	50	6,4	5,8	0,4	80,00	
	Горошек зеленый	20	0,7	0,6	1,5	16,50	2,9
	Хлеб пшеничный	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
392	Чай с сахаром	150/7	1,0	1,2	9,2	52,40	1,1
Обед							
14 (с)	Салат с огурцом и томатом с м/р	40	0,4	3,1	0,8	32,60	3,6
62	Борщ с мясом	165	6,7	8,4	4,9	96,60	5,5
406	Сердце тушеное в соусе	70	9,8	1,4	2,1	61,00	
317	Макаронные изделия	100	3,5	4,5	18,6	150,00	
376	Компот из изюма	150	0,5	0,1	19,9	84,20	5,5
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
Полдник							
	Пряник заварной	60	3,8	2,4	57,8	184,80	
	Сок фруктовый	150	0,7	0,0	17,0	72,00	4
Ужин							
319 (к)	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	160	12,0	10,3	16,6	242,07	6,30
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
392	Чай с сахаром	150/7	1,0	1,2	9,2	52,40	1,1
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 1, НЕДЕЛЯ 1 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
			53,0	41,3	203,2	1343,5	30,0

Утверждаю
руководитель
учреждения



(подпись)

Хоменко Е.В.

(расшифровка подписи)

10.01.2024

1 День: 1
Неделя: 1
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							
	Яйцо отварное	50	6,4	5,8	0,4	80,00	
	Горошек зеленый	25	0,9	0,8	1,9	20,62	3,6
	Хлеб пшеничный	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
	Масло коровье сладкосливочное	10	0,1	7,8	0,1	70,90	
392	Чай с сахаром	180/10	1,2	1,5	12,0	64,0	1,30
Обед							
14 (с)	Салат с огурцом и томатом с м/р	60	0,6	4,8	1,2	48,95	4,50
62	Борщ с мясом	200	8,12	10,18	5,93	117,09	6,70
406	Сердце тушеное в соусе	80	11,0	1,8	3,4	75,00	
317	Макаронные изделия	120	4,2	5,4	22,3	180,66	
376	Компот из изюма	180	0,70	0,2	25,1	106,50	6,60
	Хлеб ржано-	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
Полдник							
	Пряник заварной	60	3,8	2,4	57,8	184,80	
	Сок фруктовый	180	1,0	0,0	22,0	92,00	5
Ужин							
319 (к)	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	180	13,8	11,7	18,5	272,33	7,09
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
392	Чай с сахаром	180/10	1,2	1,5	12,0	64,0	1,30
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 1, НЕДЕЛЯ 1 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
			60,4	56,6	234,2		1623,9