

Утверждаю
руководитель
учреждения



Хоменко Е.В.

(подпись)

(расшифровка подписи)

23.01.2024

4

День: 4

Неделя: 1

Сезон: Основной

с 01 сентября по 01 марта

Возрастная категория: 1,5-3 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
Завтрак							
237	Запеканка из творога	75	11,3	9,5	8,5	188,00	0,2
354	Соус сметанный	15	0,20	0,9	1,2	16,10	0,2
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
395	Кофейный напиток с молоком	150	2,2	2,4	14	87,50	1,4
	Банан	160	2,6	0,8	40	188,00	16,00
Завтрак2							
10-00	Сок фруктовый	100	0,1	0,00	10,3	42,00	0,8
Обед							
13	Салат из огурцов и томатов с р/м	40	0,2	2,9	1,0	30,60	4,3
62	Борщ с мясом	165	6,7	8,4	4,9	96,60	5,5
408	Печень говяжья, тушенная в соусе	80	4,0	4,2	6,8	82,00	3,8
321	Пюре картофельное	100	2,0	4,9	11,6	106,00	5,5
699 с.	Напиток лимонный	150	0,1	0	20,7	85,90	3
	Хлеб ржано- пшеничный	20	1,4	0,36	9,9	45,60	
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
Полдник							
	Печенье	45	3,1	6,2	35,2	195,10	1,3
401	Кефир	150	4,3	3,7	6,0	95,00	1,3
Ужин							
13	Салат из свежих огурцов с зеленью и р/м	40	0,2	2,9	1	30,60	4,3
302	Филе птицы, тушенное в соусе с овощами и картофелем	150	8,1	2,1	13,9	105,70	7,4
	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	52,4	1,10
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 4, НЕДЕЛЯ1 СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03), возрастная категория 1,5-3 лет			Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
			53,1	52,4	233,3		1638,6

Утверждаю
руководитель
учреждения



Хоменко Е.В.

(подпись)

(расшифровка подписи)

23.01.2024

4

День: 4

Неделя: 1

Сезон: Основной

с 01 сентября по 01 марта

Возрастная категория: 3-7 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
Завтрак							
237	Запеканка из творога	100	15,1	12,6	11,3	250,60	0,25
354	Соус сметанный	20	0,37	1,38	1,9	19,00	0,4
	Хлеб пшеничный	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,6	2,9	17,0	107,5	1,70
	Банан	160	2,6	0,8	40	188,00	16,00
Завтрак2							
10-00	Сок фруктовый	100	0,1	0,00	10,3	42,00	0,8
Обед							
13	Салат из огурцов и томатов с р/м	60	0,3	4,4	1,6	45,97	5,1
62	Борщ с мясом	200	8,12	10,18	5,93	117,09	6,70
408	Печень говяжья, тушеная в соусе	100	5,0	5,3	8,5	102,50	4,8
321	Пюре картофельное	110	2,2	5,1	12,8	116,00	6,00
699 с.	Напиток лимонный	180	0,12	0,00	24,8	103,60	3,60
	Хлеб пшеничный	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
	Хлеб ржано- пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
Полдник							
	Печенье	45	3,1	6,2	35,2	195,10	1,3
401	Кефир	180	4,8	4,6	7,2	117,80	1,56
Ужин							
13	Салат из свежих огурцов с зеленью и р/м	60	0,3	4,4	1,6	45,97	5,1
302	Филе птицы, тушенное в соусе с овощами и картофелем	170	9,2	2,4	15,8	119,79	8,38
	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 4, НЕДЕЛЯ1 СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03), возрастная категория 3-7 лет			Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
			65,4	65,5	273,1		63,0