

Утверждаю
руководитель
учреждения



Хоменко Е.В.

(подпись)

(расшифровка подписи)

31.01.2024

5 День: 5
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							
216	Омлет натуральный	70	6,9	12,7	1,1	148,00	0,6
	Горошек зеленый	20	0,7	0,6	1,5	16,50	2,9
	Масло коровье сладкосливочное	7	0,07	5,50	0,07	49,60	
	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
Завтрак2							
10-00	Сок фруктовый	200	0,8	0,0	27,0	112,00	6
Обед							
87	Суп рыбный (с пшеном)	150	4,9	2,8	10,6	105,70	2,90
408	Печень говяжья, тушенная в соусе	100	5,0	5,3	8,5	102,50	4,8
321	Пюре картофельное	100	2,0	4,9	11,6	106,00	5,5
378	Кисель из смородины	150	0,22	0,0	26,0	110,20	6,5
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,36	9,9	45,60	
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
Полдник							
401	Кефир	160	4,6	4,8	7,3	93,50	1,60
	Печенье	45	3,1	6,2	35,2	195,10	1,3
Ужин							
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	
	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 5, НЕДЕЛЯ1 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
			50,6	59,6	215,6		34,6



Утверждаю
руководитель
учреждения

(подпись)

Хоменко Е.В.

(расшифровка подписи)

31.01.2024

5 День: 5
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							
216	Омлет натуральный	100	10,6	19,5	2,0	228,00	0,9
	Горошек зеленый	25	0,9	0,8	1,9	20,62	3,6
	Масло коровье сладкосливочное	10	0,1	7,8	0,1	70,90	
	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
Завтрак2							
10-00	Сок фруктовый	200	0,8	0,0	27,0	112,00	6
Обед							
87	Суп рыбный (с пшеном)	200	6,5	3,7	14,1	140,93	3,80
408	Печень говяжья, тушенная в соусе	120	6,2	7,1	10,0	120,00	5,0
321	Пюре картофельное	110	2,2	5,1	12,8	116,00	6,00
378	Кисель из смородины	180	0,30	0,0	49,0	120,00	6,8
	Хлеб пшеничный	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
Полдник							
401	Кефир	180	5,3	5,1	8,6	109,5	1,56
	Печенье	45	3,1	6,2	35,2	195,10	1,3
Ужин							
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 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 5, НЕДЕЛЯ1 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
			66,2	78,0	276,1	2002,4	38,1