

Категория: Дети 1-3 лет 24.10.2022г.



*Султанова А.А.*

*Н.О. Я. [Signature]*

| Прием пищи  | Наименование блюда                | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               |                | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|---|-----------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|--------------------------------|-----------|-------------|
|   |                                   |             | Б                   | Ж            | У             | У              |                                |           |             |
| <b>День 1</b>   |                                   |             |                     |              |               |                |                                |           |             |
| ЗАВТРАК   | Каша манная                       | 150         | 5,21                | 5,28         | 20,27         | 148,04         | 0,6                            | 1a        |             |
| ЗАВТРАК   | Цикорий с молоком Ясли/Сад        | 150         | 1,82                | 1,88         | 6,69          | 50,16          | 0,3                            | 8a        |             |
| ЗАВТРАК   | Бутерброд с маслом                | 26          | 1,83                | 2,31         | 10,98         | 67,49          | 0                              | 3a        |             |
| ЗАВТРАК 2   | Напиток из шиповника              | 100         | 0,32                | 0,14         | 19,45         | 81,65          | 130                            | 13a       |             |
| ОБЕД  | Лук                               | 2           | 0,03                | 0,           | 0,16          | 0,82           | 0                              | 2a        |             |
| ОБЕД  | Чеснок                            | 1           | 0,06                | 0,           | 0,3           | 1,49           | 0,1                            | 7a        |             |
| ОБЕД  | Салат из зеленого горошка         | 50          | 2,6                 | 1,78         | 4,7           | 45,22          | 12,5                           | 16a       |             |
| ОБЕД  | Щи                                | 150         | 3,16                | 2,14         | 14,9          | 92,31          | 35,49                          | 7a        |             |
| ОБЕД  | Плов с томатами                   | 180         | 4,19                | 8,86         | 31,97         | 225,27         | 3,726                          | 1a        |             |
| ОБЕД  | Компот вишнёвый                   | 150         | 0,18                | 0,04         | 13,62         | 56,58          | 3,375                          | 18a       |             |
| ОБЕД  | Хлеб пшеничный 20/30              | 20          | 1,58                | 0,2          | 9,66          | 42,72          | 0                              | 341       |             |
| ОБЕД  | Хлеб ржаной                       | 30          | 1,98                | 0,36         | 10,02         | 52,2           | 0                              | 343       |             |
| УПЛОТНЁН  | Салат из свежей моркови с яблоком | 80          | 1,63                | 2,88         | 20,82         | 119,45         | 14,4                           | 27a       |             |
| УПЛОТНЁН  | Пирог сладкий                     | 50          | 6,86                | 7,14         | 40,4          | 256,54         | 0,465                          | 21a       |             |
| УПЛОТНЁН  | Чай сладкий                       | 150         | 0,18                | 0,04         | 7,52          | 31,2           | 0,09                           | 11a       |             |
| УПЛОТНЁН  | Хлеб пшеничный 20/40              | 20          | 1,58                | 0,2          | 9,66          | 42,72          | 0                              | 342       |             |
| УПЛОТНЁН  | Бананы                            | 200         | 3,                  | 1,           | 42,           | 192            | 20                             | 3a        |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |                                   |             | <b>36,21</b>        | <b>34,25</b> | <b>263,12</b> | <b>1505,86</b> | <b>221,046</b>                 |           |             |
| <b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>  |                                   |             | <b>36,21</b>        | <b>34,25</b> | <b>263,12</b> | <b>1505,86</b> | <b>221,046</b>                 |           |             |
| <b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>  |                                   |             | <b>36,21</b>        | <b>34,25</b> | <b>263,12</b> | <b>1505,86</b> | <b>221,046</b>                 |           |             |
| Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности |                                   |             | <b>2,4</b>          | <b>2,27</b>  | <b>17,47</b>  | <b>1505,86</b> | <b>14,68</b>                   |           |             |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024