

День: День 3

Сезон: зимний

Категория: Детский сад

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			жиры	белки	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
120	Суп молочный с вермишелью на цельном молоке	200	6,260	6,300	18,760	222,000
383	Какао с молоком сгущенным (молоко сгущенное стерилизованное)	200	4,340	4,180	25,440	199,000
1651	Батон с сыром	40	1,410	1,940	6,310	116,000
	ЗАВТРАК 2					
1650	Морс из свежемороженой ягод	100	0,000	0,050	8,360	32,920
	ОБЕД					
67	Винегрет	50	5,150	2,160	6,840	81,610
102	Суп гороховый на мясокостном бульоне	200	4,440	6,120	15,620	125,900
304	Рис отварной	130	4,650	3,160	31,800	181,740
492	Котлеты (биточки) рыбные	70	5,810	8,290	4,680	163,400
1651	Хлеб пшеничный йодированный	60	0,360	2,840	17,390	76,900
1653	Кисель из свежемороженой ягод	180	0,000	0,090	16,850	69,320
330	Соус сметанный	30	1,500	0,420	1,760	22,230
	УЖИН					
259	Жаркое по-домашнему из курицы	200	23,980	19,440	21,700	380,800
1652	Хлеб йодированный ржано-пшеничный	60	0,500	2,770	13,570	72,360
376	Чай с сахаром	200	0,020	0,060	13,960	55,820
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		58,420	57,820	203,040	1800,000

Химический состав за выбранные дни	Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
	58,420	57,820	203,040	1800,000

05 Марта 2025

День: День 3

Сезон: зимний

Категория: Ясли

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			жиры	белки	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
120	Суп молочный с вермишелью на цельном молоке	180	5,220	5,250	15,630	199,800
383	Какао с молоком сгущенным (молоко сгущенное стерилизованное)	180	3,910	3,760	22,900	141,840
1651	Батон с сыром	37	0,910	1,410	5,790	36,980
	ЗАВТРАК 2					
1650	Морс из свежемороженой ягод	100	0,000	0,050	8,360	32,920
	ОБЕД					
67	Винегрет	30	3,090	1,300	4,100	48,970
102	Суп гороховый на мясокостном бульоне	150	3,330	4,590	11,710	121,920
304	Рис отварной	130	4,300	2,920	29,350	167,760
492	Котлеты (биточки) рыбные	50	4,150	5,920	3,350	73,200
1651	Хлеб пшеничный йодированный	40	0,240	1,890	11,590	51,270
1653	Кисель из свежемороженой ягод	180	0,000	0,090	16,850	69,320
330	Соус сметанный	20	1,000	0,280	1,170	14,820
	УЖИН					
259	Жаркое по-домашнему из курицы	180	21,580	17,500	19,530	342,720
376	Чай с сахаром	180	0,020	0,050	12,560	50,240
1652	Хлеб йодированный ржано-пшеничный	40	0,330	1,850	9,050	48,240
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		48,080	46,860	171,940	1400,000

Химический состав за выбранные дни	Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
	48,080	46,860	171,940	1400,000

День: День 3

Сезон: зимний

Категория: Ясли

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества	
			жиры	белки
1	2	3	4	5
	ЗАВТРАК			
120	Суп молочный с вермишелью на цельном молоке	180	5,220	5,250
383	Какао с молоком сгущенным (молоко сгущенное стерилизованное)	180	3,910	3,760
1651	Батон с сыром	37	0,910	1,410
	ЗАВТРАК 2			
1650	Морс из свежемороженой ягод	100	0,000	0,050
	ОБЕД			
67	Винегрет	30	3,090	1,300
102	Суп гороховый на мясокостном бульоне	150	3,330	4,590
304	Рис отварной	130	4,300	2,920
492	Котлеты (биточки) рыбные	50	4,150	5,920
1651	Хлеб пшеничный йодированный	40	0,240	1,890
1653	Кисель из свежемороженой ягод	180	0,000	0,090
330	Соус сметанный	20	1,000	0,280
	УЖИН			
259	Жаркое по-домашнему из курицы	180	21,580	17,500
376	Чай с сахаром	180	0,020	0,050
1652	Хлеб йодированный ржано-пшеничный	40	0,330	1,850
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		48,080	46,860

Химический состав за выбранные дни	Жиры, г	Белки, г
	48,080	46,860

гва, г	Энергетическая ценность, ккал
углеводы	
6	7
15,630	199,800
22,900	141,840
5,790	36,980
8,360	32,920
4,100	48,970
11,710	121,920
29,350	167,760
3,350	73,200
11,590	51,270
16,850	69,320
1,170	14,820
19,530	342,720
12,560	50,240
9,050	48,240
171,940	1400,000

Углеводы, г	Калорийность, ккал
171,940	1400,000