

1-3 года

3 день

06.05.2026.

Удобртсрало
и.о. заверуецецо
Копеелелл КШ
12.01.2026



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность ккал	Витамин С	
		Б	Ж	У			
Завтрак.							
Каша ячневая вязкая молочная со слив маслом	130,0	5,35	5,12	34,5	206,1	0	168
Бутерброд со сл. маслом и сыром	35,0 5,0\10,0	5,5	7,2	16,1	152,2	0,07	3
Кофейный напиток с молоком	180,0/8,0	2,85	2,41	14,36	91,0	1,17	395
Итого		13,7	14,73	64,96	449,3	1,24	
2 завтрак						5,0	
Яблоко	100,0	0,4	0,3	10,3	46,0		399 368
Итого		0,4	0,3	10,3	46,0	5,0	
Обед.							
Салат из сезонных овощей	60,0	0,73	3,12	3,87	11,22	46,0	16
Борщ со свежей капустой, картофелем на к/б	180,0	1,82	4,91	12,74	102,5	10,28	57
Рыба тушеная	70,0	6,93	3,97	1,92	22,68	1,58	247
Рис отварной	130,0	4,5	6,3	45,8	258,0	1,58	18
Хлеб пшеничный	40,0	3,04	0,32	19,68	94,0	0	
Хлеб ржаной	20,0	0,76	0,13	8,9	42,7	0	
Компот из смеси сухофруктов	180,0	0,4	0	24,99	101,7	0,36	376
Итого		18.18	20.0	117.9	632.28	60.7	
Полдник					10.30		
Ватрушка с повидлом	60/10	7	50.5	7		0	125
Чай с сахаром	180,0 860	0,05	0,02	7,8	32	0,024	392
Итого		7.05	50.7	14.8	42.30	0.024	
Итого за третий день		39.33	266.73	207.96	1169.88	66.964	

3-4 лет.

3 день 06.05.2016г.

Удобртрато
и.р. Завертнуцено
Коллективно ДМ.
12.01.2016г.



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность ккал	Витамин С	№ ре- цептуры
		Б	Ж	У			
Завтрак. Каша ячневая вязкая молочная со слив маслом	250,0	5,35	5,12	34,5	206,1	0	168
Бутерброд со сл. маслом и сыром	35,0 5,0\10,0	5,5	7,2	16,1	152,2	0,07	3
Кофейный напиток с молоком	180,0/8,0	2,85	2,41	14,36	91,0	1,17	395
Итого		13,7	14,73	64,96	449,3	1,24	
2 завтрак Яблоко	100,0	0,4	0,3	10,3	46,0	5,0	399 368
Итого		0,4	0,3	10,3	46,0	5,0	
Обед. Салат из сезонных овощей	60,0	0,73	3,12	3,87	11,22	46,0	16
Борщ со свежей капустой, картофелем на к/б	200,0	1,82	4,91	12,74	102,5	10,28	57
Рыба тушеная	80,0	6,93	3,97	1,92	22,68	1,58	247
Рис отварной	150,0	4,5	6,3	45,8	258,0	1,58	18
Хлеб пшеничный	40,0	3,04	0,32	19,68	94,0	0	
Хлеб ржаной	20,0	0,76	0,13	8,9	42,7	0	
Компот из смеси сухофруктов	180,0	0,4	0	24,99	101,7	0,36	376
Итого		18.18	20.0	117.9	632.28	60.7	
Полдник Ватрушка с повидлом	60/10	7	50.5	7	10.30	0	125
Чай с сахаром	180,0 8,0	0,05	0,02	7,8	32	0,024	392
Итого		7.05	50.7	14.8	42.30	0.024	
Итого за третий день		39.33	266.73	207.96	1169.88	66.964	