

1-3 года

4 день

23.04.2026.



	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность ккал	Витамин С	№ ре- ценсуры
		Б	Ж	У			
<b>Завтрак.</b>							
Каша манная вязкая молочная со сл. масл., сахаром	130,0	5,48	6,39	37,0	227,4	0	168
Бутерброд со сл. маслом и сыром	30,0 5,0\10,0	4,97	6,54	14,56	137,0	0,07	3
Чай с сахаром	180/6	0,04	0,01	10,2	41,0	2,83	393
<b>Итого</b>		<b>10,56</b>	<b>12,94</b>	<b>61,76</b>	<b>405,4</b>	<b>2,9</b>	
<b>2 завтрак</b>							
Напиток витаминизированный	150,0	0,75	0	15,15	63,0	3,0	399
<b>Итого</b>		<b>0,75</b>	<b>0</b>	<b>15,15</b>	<b>63,0</b>	<b>3,0</b>	
<b>Обед</b>							
Салат из сезонных овощей	60,0	0,85	3,65	5,02	56,3	5,7	33
Суп картофельный	180,0	2,34	2,83	13,69	101,25	12,0	77
Плов из куриного мяса	180,0	20,30	17,00	35,69	377,00	1,01	301
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
<b>Итого</b>		<b>9,96</b>	<b>23,93</b>	<b>82,98</b>	<b>517,825</b>	<b>19,03</b>	
<b>Полдник/ужин</b>							
<b>Макароны отварные с сахаром и маслом</b>	130,0	5,9	8,11	31,29	229,76	0	46
Чай с сахаром	150/6	0,05	0,02	7,8	32,0	0,024	392
<b>Итого</b>		<b>21,27</b>	<b>36,87</b>	<b>159,89</b>	<b>986,225</b>	<b>24,93</b>	

3-й лист

4 день

23.04.2020г.



	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность ккал	Витамин С	№ ре- цептуры
		Б	Ж	У			
<b>Завтрак.</b>							
Каша манная вязкая молочная со сл. масл., сахаром	250,0	5,48	6,39	37,0	227,4	0	168
Бутерброд со сл. маслом и сыром	30,0 5,0\10,0	4,97	6,54	14,56	137,0	0,07	3
Чай с сахаром	180/8	0,04	0,01	10,2	41,0	2,83	393
<b>Итого</b>		<b>10,56</b>	<b>12,94</b>	<b>61,76</b>	<b>405,4</b>	<b>2,9</b>	
<b>2 завтрак</b>							
Напиток витаминизированный	150,0	0,75	0	15,15	63,0	3,0	399
<b>Итого</b>		<b>0,75</b>	<b>0</b>	<b>15,15</b>	<b>63,0</b>	<b>3,0</b>	
<b>Обед</b>							
Салат из сезонных овощей	60,0	0,85	3,65	5,02	56,3	5,7	33
Суп картофельный	200,0	2,34	2,83	13,69	101,25	12,0	77
Плов из куриного мяса	180,0	20,30	17,00	35,69	377,00	1,01	301
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
<b>Итого</b>		<b>9,96</b>	<b>23,93</b>	<b>82,98</b>	<b>517,825</b>	<b>19,03</b>	
<b>Полдник/ужин</b>							
<b>Макароны отварные с сахаром и маслом</b>	150,0	5,9	8,11	31,29	229,76	0	46
Чай с сахаром	180 / 8,0	0,05	0,02	7,8	32,0	0,024	392
<b>Итого</b>		<b>21,27</b>	<b>36,87</b>	<b>159,89</b>	<b>986,225</b>	<b>24,93</b>	