

1-3 года

2 день 21.04.2026г.



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность ккал	Витамин С	
		Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>							
Каша рисовая мол вязкая со слив маслом	130,0	3,8	5,0	39,1	215,8	0	168
Бутерброд с маслом сл.	40,0/6,0	2,45	7,55	14,62	136,0	0	1
Чай с сахаром	180 6,0	0,05	0,02	7,8	32,0	0,024	392
<b>Итого</b>		<b>6,3</b>	<b>12,57</b>	<b>61,52</b>	<b>383,8</b>	<b>0,024</b>	
<b>2 завтрак</b>							
Сок натуральный	150,0	0,75	0	15,15	64,0	3,0	399
<b>Итого</b>		<b>0,75</b>	<b>0</b>	<b>15,15</b>	<b>64,0</b>	<b>3,0</b>	
<b>Обед</b>							
Салат из сезонных овощей	60,0	0,5	3,6	1,4	40,38	5,7	13
Суп картофельный с горохом лущеным	180,0	5,49	5,27	16,32	134,75	5,8	81
Макаронны отварные с мясом кур	150,0	20,6	4,0	42,90	153,6	1,8	140
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>30,79</b>	<b>13,32</b>	<b>114,09</b>	<b>567,13</b>	<b>13,66</b>	
<b>Полдник/ужин</b>							
Яйцо куриное вареное	40	5,1	4,6	0,3	6,3	0	213
Икра кабачковая	30,0	0,27	1,41	1,77	20,88	1,68	53
Хлеб пшеничный	40,0	2,22	0,87	15,42	78,39	0	401
Чай с сахаром	180/6	0,05	0,02	7,8	32,0	0,024	392
<b>Итого</b>		<b>7,64</b>	<b>6,9</b>	<b>25,29</b>	<b>137,57</b>	<b>1,704</b>	
<b>Итого за второй день</b>		<b>45,48</b>	<b>32,69</b>	<b>895,46</b>	<b>1152,5</b>	<b>18,388</b>	

