

1-3 года

9 день

30.04.2016.



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность ккал	Витамин С	№ рецептуры
		Б	Ж	У			
<b>Завтрак Каша манная молочная</b>	130	4,38	5,11	29,6	181,92	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	0,05	0,02	7,8	32,0	0,024	392
<b>Итого</b>		<b>12,59</b>	<b>11,19</b>	<b>58,67</b>	<b>386,0</b>	<b>0,094</b>	
<b>2 завтрак</b>		1,5	0,5	21,0	96,0	10,0	
Банан	100,0						368
<b>Итого</b>		<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>	<b>96,0</b>	<b>10,0</b>	
<b>Обед</b>		0,67	3,7	2,83	47,5	12,25	
Нарезка из сезонных овощей	60,0						14
Борщ с мясом	180,0	9,89	7,27	13,73	160,0	15,6	62
Котлета рубленая из говядины	70,0 130,0	10,43 7,4	7,7 5,27	10,15 33,4	151,0 211,25	0 0	282 313
Каша рассыпчатая гречневая							
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>32,59</b>	<b>24,39</b>	<b>113,68</b>	<b>808,15</b>	<b>28,21</b>	
<b>Полдник/ужин</b>							
Сырники	100,0/	18,69	12,67	11,40	234,0	0,25	231
со сметанным соусом	30,0	0,42	1,5	1,76	22,25	0,01	354
Чай с сахаром	180/6	0,05	0,02	7,8	32,0	0,024	392
<b>итого</b>	310	19,61	14,37	20,96	288,25	0,284	
<b>Итого за девятый день</b>		<b>65,29</b>	<b>50,45</b>	<b>214,31</b>	<b>779,065</b>	<b>38,588</b>	

3-4 лет.

9 день

30.04.2026г.



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность ккал	Витамин С	Нарисованные пелгуры
		Б	Ж	У			
<b>Завтрак Каша манная молочная</b>	150	4,38	5,11	29,6	181,92	0	<b>168</b>
Бутерброд со сл. маслом и сыром	30,0 5,0\10,0	4,97	6,54	14,56	137,0	0,07	<b>3</b>
Чай с сахаром	180,0 8,0	0,05	0,02	7,8	32,0	0,024	<b>392</b>
<b>Итого</b>		<b>12,59</b>	<b>11,19</b>	<b>58,67</b>	<b>386,0</b>	<b>0,094</b>	
<b>2 завтрак</b>		<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>	<b>96,0</b>	<b>10,0</b>	
Банан	100,0						<b>368</b>
<b>Итого</b>		<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>	<b>96,0</b>	<b>10,0</b>	
<b>Обед</b>		<b>0,67</b>	<b>3,7</b>	<b>2,83</b>	<b>47,5</b>	<b>12,25</b>	
Нарезка из сезонных овощей	60,0						<b>14</b>
Борщ с мясом	250,0	9,89	7,27	13,73	160,0	15,6	<b>62</b>
Котлета рубленая из говядины	70,0 130,0	10,43 7,4	7,7 5,27	10,15 33,4	151,0 211,25	0 0	<b>282</b> <b>313</b>
Каша рассыпчатая гречневая							
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	<b>376</b>
<b>Итого</b>		<b>32,59</b>	<b>24,39</b>	<b>113,68</b>	<b>808,15</b>	<b>28,21</b>	
<b>Полдник/ужин</b>							
Сырники со сметанным соусом	100,0/ 30,0	18,69 0,42	12,67 1,5	11,40 1,76	234,0 22,25	0,25 0,01	<b>231</b> <b>354</b>
Чай с сахаром	180,0 8,0	0,05	0,02	7,8	32,0	0,024	<b>392</b>
<b>итого</b>	<b>310</b>	<b>19,61</b>	<b>14,37</b>	<b>20,96</b>	<b>288,25</b>	<b>0,284</b>	
<b>Итого за девятый день</b>		<b>65,29</b>	<b>50,45</b>	<b>214,31</b>	<b>779,065</b>	<b>38,588</b>	