|  |
| --- |
| ***13 марта 2023 г.*** |
|  | ***Возрастная категория от 1,5 до 3 лет*** | ***Возрастная категория от 3 до 7 лет*** |
| №рец. | Прием пищи,Наименование блюда | Масса порции | Пищевыевещества(г) | Энерге-тическаяценность(ккал) | Витамины(мг) | Масса порции | Пищевыевещества(г) | Энерге-тическаяценность(ккал) | Витамины(мг) |
| Б | Ж | У | C | Б | Ж | У | C |
| **Завтрак** |  |
| 262 (к) I | Каша манная молочная жидкая | 150 | 2,9 | 4,4 | 17,4 | 177,50 | 1,1 | 200 | 3,9 | 5,9 | 23,0 | 237,54 | 1,3 |
|   | Хлеб из муки пшеничной  | 20 | 1,5 | 0,54 | 9,7 | 48,64 |   | 30 | 2,9 | 1,01 | 15,60 | 79,10 |   |
| 397 | Какао с молоком | 150 | 2,8 | 2,9 | 18,8 | 91,00 | 1 | 180 | 3,3 | 3,4 | 23,0 | 109,6 | 1,2 |
|   | Груша | 100 | 0,3 | 0,0 | 10,3 | 47,50 | 5 | 200 | 3,9 | 5,9 | 23,0 | 237,54 | 1,3 |
| **2-ой завтрак** |  |
| 10-00 | Нектар тыквенно-яблочный | 100 | 1,0 | 0,1 | 12,6 | 56,00 | 3 | 100 | 1,0 | 0,1 | 12,6 | 56,00 | 3 |
| **Обед** |  |
| 14 | Салат из помидоров с луком с растительным маслом | 40 | 0,3 | 3,5 | 1,8 | 35,60 | 8,7 | 40 | 0,3 | 3,5 | 1,8 | 35,60 | 8,7 |
| 138 (к) | Суп гороховый вегетарианский | 150 | 2,9 | 0,5 | 14,8 | 84,60 | 7,70 | 150 | 2,9 | 0,5 | 14,8 | 84,60 | 7,70 |
| 468 (с)  | Оладьи из печени | 60 | 11,2 | 9,9 | 4,2 | 157,70 | 1,1 | 80 | 14,9 | 13,2 | 5,6 | 210,27 | 1,50 |
| 284 с | Кабачки и капуста цветная, запеченные под соусом  | 100 | 2,7 | 7,1 | 6,3 | 130,60 | 6,5 | 100 | 2,7 | 7,1 | 6,3 | 130,60 | 6,5 |
| 375 | Компот из плодов (клюква)  | 150 | 0,1 | 0 | 12,6 | 52,50 | 7,0 | 180 | 0,13 | 0,00 | 15,1 | 63,44 | 8,40 |
|   | Хлеб из муки пшеничной  | 20 | 1,5 | 0,54 | 9,7 | 48,64 |   | 30 | 2,9 | 1,01 | 15,60 | 79,10 |   |
|   | Хлеб ржано-пшеничный  | 20 | 1,0 | 0,36 | 9,9 | 45,60 |   | 25 | 1,47 | 0,45 | 13,11 | 59,63 |   |
| **Полдник** |  |
| 776 (с) | Булочка "Розовая" | 50 | 4,0 | 1,4 | 25,3 | 130,40 | 2,6 | 70 | 5,7 | 2,00 | 35,3 | 182,56 | 0,18 |
|   | Снежок  | 150 | 4,3 | 3,7 | 12,0 | 112,00 | 1,3 | 180 | 5,2 | 4,5 | 15,0 | 134,0 | 1,32 |
| **Ужин** |  |
| 556 (з) | Салат из квашеной капусты с яблоком и раститительным маслом | 40 | 0,5 | 2,7 | 1,8 | 28,00 | 18,0 | 60 | 0,8 | 4,1 | 2,8 | 42,2 | 27,0 |
| 291 | Запеканка картофельная с мясом отварным | 130 | 9,6 | 14,7 | 19,8 | 263,00 | 5,2 | 160 | 10,4 | 16,6 | 24,3 | 298,50 | 6,40 |
|   | Хлеб ржано-пшеничный  | 20 | 1,0 | 0,36 | 9,9 | 45,60 |   | 25 | 1,47 | 0,45 | 13,11 | 59,63 |   |
|   | Хлеб из муки пшеничной | 20 | 1,5 | 0,54 | 9,7 | 48,64 |   | 20 | 1,5 | 0,54 | 9,7 | 48,64 |   |
| 392 | Чай с сахаром | 150 | 1,0 | 1,2 | 9,2 | 52,40 | 1,1 | 180 | 1,2 | 1,5 | 12,0 | 64,0 | 1,30 |
| **ИТОГО ПИЩЕВАЯ И****ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ В ДЕНЬ** | **Пищевые вещества(г)** | **Энерге-****тическая****ценность(ккал)** | **Витам****ины** | **Массапорции** | **Пищевые вещества(г)** | **Энерге-****тическая****ценность(ккал)** | **Витамины** |
| **Б** | **Ж** | **У** | **C** | **Б** | **Ж** | **У** | **C** |
| **50,2** | **54,4** | **214,1** | **1671,9** | **69,3** | **63,2** | **66,4** | **271,2** | **2031,4** | **80,5** |