|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***16 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) | Витам  ины(мг) | Масса порции | | Пищевые  вещества(г) | | | Энерге-тическаяценность(ккал) | Витамины  (мг) |
| Б | Ж | У | C | Б | Ж | У | C |
| **Завтрак** | | | | | | | |  | | | | | | |
| 230 | Вареники ленивые | 90 | 11,4 | 9,4 | 14,8 | 207,60 | 1,1 | 90 | 11,4 | | 9,4 | 14,8 | 207,60 | 1,1 |
| 351 | Соус молочный сладкий | 20 | 0,3 | 0,7 | 2,8 | 20,60 | 0,1 | 25 | 0,40 | | 0,90 | 3,50 | 26,00 | 0,12 |
|  | 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 | 150 | 2,8 | | 2,9 | 18,8 | 91,00 | 1 |
|  | Яблоко | 110 | 0,4 | 0,5 | 11,8 | 56,40 | 6 | 110 | 0,4 | | 0,5 | 11,8 | 56,40 | 6 |
| **2-ой завтрак** | | | | | | | |  | | | | | | |
| 10-00 | Сок персиковый | 100 | 0,4 | 0,0 | 13,3 | 56,00 | 3 | 100 | 0,4 | | 0,0 | 13,3 | 56,00 | 3 |
| **Обед** | | | | | | | |  | | | | | | |
| 45 | Винегрет овощной | 40 | 0,5 | 3,0 | 3,3 | 52,30 | 2,9 | 40 | 0,5 | | 3,0 | 3,3 | 52,30 | 2,9 |
| 135 (к) | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 170 | 1,3 | 1,8 | 9,2 | 111,92 | 3,3 | 170 | 1,3 | | 1,8 | 9,2 | 111,92 | 3,3 |
| 258 | Шницель рыбный натуральный (треска) | 55 | 6,2 | 2,2 | 5,8 | 82,60 | 0,1 | 70 | 7,8 | | 2,8 | 7,4 | 105,12 | 0,12 |
| 151 | Картофель, запеченный в сметанном соусе | 100 | 2,5 | 5,8 | 13,0 | 105,80 | 2,50 | 110 | 2,6 | | 6,1 | 15,5 | 116,40 | 2,70 |
| 699 (с) | Напиток лимонный | 150 | 0,1 | 0 | 20,7 | 85,90 | 3 | 155 | 0,1 | | 0 | 20,7 | 85,90 | 3 |
|  | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,0 | 0,36 | 9,9 | 45,60 |  | 30 | 2,9 | | 1,01 | 15,60 | 79,10 |  |
|  | Хлеб из муки пшеничной | 20 | 1,5 | 0,54 | 9,7 | 48,64 |  | 25 | 1,47 | | 0,45 | 13,11 | 59,63 |  |
| **Полдник** | | | | | | | |  | | | | | | |
|  | Вафли | 45 | 2,1 | 4,2 | 46,2 | 165,80 | 1,3 | 70 | 2,1 | | 4,2 | 46,2 | 165,80 | 1,3 |
|  | Молоко витаминиз. | 150 | 4,3 | 4,8 | 7,1 | 90,00 | 12,8 | 180 | 5,2 | | 5,8 | 8,5 | 108,00 | 14,50 |
| **Ужин** | | | | | | | |  | | | | | | |
| 342./273. | Рагу из овощей с мясом отварным | 160 | 8,1 | 17,8 | 9,1 | 228,00 | 4,00 | 200 | 9,80 | | 20,81 | 11,40 | 299,45 | 5,00 |
|  | огурец консервированный | 20 | 0,3 | 0,04 | 0,5 | 3,85 | 2,0 | 25 | 0,25 | | 0,03 | 0,62 | 3,50 | 2,50 |
|  | Хлеб из муки пшеничной | 20 | 1,5 | 0,54 | 9,7 | 48,64 |  | 25 | 1,47 | | 0,45 | 13,11 | 59,63 |  |
|  | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,0 | 0,36 | 9,9 | 45,60 |  | 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** |
| **48,4** | **56,7** | **234,6** | **1660,5** | **43,7** | **56,6** | | **63,3** | **264,2** | **1875,5** | **47,3** |