|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***07 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** | | | | | | | |  | | | | | | |
| 237 | Запеканка из творога | 75 | 11,3 | 9,5 | 8,5 | 188,00 | 0,2 | 100 | 15,1 | | 12,6 | 11,3 | 250,60 | 0,25 |
| 783 (з) | Соус абрикосовый | 20 | 0,1 | 0 | 13,1 | 60,5 | 0,1 | 25 | 0,12 | | 0 | 16,40 | 75,63 | 0,12 |
|  | Хлеб из муки пшеничной | 20 | 1,5 | 0,54 | 9,7 | 48,64 |  | 30 | 2,9 | | 1,01 | 15,60 | 79,10 |  |
| 1195 к | Чай зеленый с молоком с сахаром | 150 | 1,0 | 1,2 | 9,2 | 52,40 | 3,8 | 150 | 1,0 | | 1,2 | 9,2 | 52,40 | 3,8 |
|  | Нектарин | 100 | 1,0 | 0,3 | 8,9 | 44,00 | 5,4 | 100 | 1,0 | | 0,3 | 8,9 | 44,0 | 5,4 |
| **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** | | | | | | | |  | | | | | | |
| 34 | Салат из свеклы и горошка зеленого консервированного с растительным маслом | 40 | 0,6 | 3,9 | 3 | 49,60 | 3,6 | 40 | 0,6 | | 3,9 | 3 | 49,60 | 3,6 |
| 140 (с) | Суп с макаронными изделиями, с птицей | 165 | 5,4 | 7,2 | 13,9 | 106,60 | 5,20 | 165 | 5,4 | | 7,2 | 13,9 | 106,60 | 5,20 |
| 258 | Шницель рыбный натуральный | 55 | 6,2 | 2,2 | 5,8 | 82,60 | 0,1 | 55 | 6,2 | | 2,2 | 5,8 | 82,60 | 0,1 |
| 284 с | Кабачки и капуста цветная, запеченные под соусом | 100 | 2,7 | 7,1 | 6,3 | 130,60 | 6,5 | 110 | 2,9 | | 7,8 | 6,9 | 143,7 | 7,2 |
| 699 (с) | Напиток лимонный | 150 | 0,1 | 0 | 20,7 | 85,90 | 3 | 180 | 0,12 | | 0,00 | 24,8 | 103,60 | 3,60 |
|  | 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** | | | | | | | |  | | | | | | |
| 769 (с) | Булочка "Домашняя" | 50 | 3,7 | 6,5 | 30,1 | 196,10 | 2,3 | 70 | 5,2 | | 9,1 | 42,1 | 277,00 | 0,00 |
|  | Ацидофилин | 150 | 4,3 | 3,6 | 12,0 | 84,00 | 1,1 | 180 | 5,6 | | 4,7 | 15,80 | 103,5 | 1,32 |
| **Ужин** | | | | | | | |  | | | | | | |
| 15 | Салат из помидоров и огурцов свежих | 40 | 0,2 | 3,0 | 1,1 | 60,10 | 6,6 | 60 | 0,3 | | 4,5 | 1,7 | 90,20 | 8,25 |
| 298/354. | Голубцы ленивые с соусом (110/15) | 125 | 10,4 | 8,4 | 18,6 | 204,2 | 5,5 | 140 | 11,8 | | 10,2 | 22,7 | 243,5 | 6,2 |
|  | 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 |
|  | Мармелад | 20 | 0,02 | 0,00 | 15,60 | 64,20 |  | 20 | 0,02 | | 0,00 | 15,60 | 64,20 |  |
| **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** |
| **55,0** | **58,3** | **222,7** | **1708,8** | **47,0** | **67,3** | | **68,8** | **290,6** | **2133,3** | **48,8** |