|  |
| --- |
| ***10 августа 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 |
|   | Масло коровье сладкосливочное  | 7 | 0,07 | 5,50 | 0,07 | 49,60 |   | 10 | 0,1 | 7,8 | 0,1 | 70,90 |   |
|   | Сыр полутвердый  | 10 | 2,6 | 2,1 | 3,2 | 40,00 | 0,06 | 15 | 3,8 | 3,9 | 4,8 | 60,0 | 0,1 |
|   | 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 |
| **2-ой завтрак** |  |
| 10-00 | Нектар из смеси фруктов и овощей | 100 | 0,1 |   | 10,3 | 42,00 | 0,8 | 100 | 0,1 |   | 10,3 | 42,00 | 0,8 |
| **Обед** |  |
| 13 | Салат из свежих огурцов с зеленью и подсолнечным маслом | 40 | 0,2 | 2,9 | 1 | 30,6 | 4,3 | 60 | 0,3 | 4,4 | 1,6 | 45,97 | 5,1 |
| 157 (86) | Суп рыбный по - шведски (консервы сайра) | 160 | 2,4 | 4,2 | 6,6 | 112,27 | 3,20 | 160 | 2,4 | 4,2 | 6,6 | 112,27 | 3,20 |
| 274 | Говядина тушеная с овощами и картофелем в соусе | 170 | 9,4 | 8,6 | 21,2 | 204,5 | 15,0 | 170 | 9,4 | 8,6 | 21,2 | 204,5 | 15,0 |
| 382 | Кисель из апельсинового сока | 150 | 0,4 | 0,05 | 22,7 | 128,00 | 7,0 | 150 | 0,4 | 0,05 | 22,7 | 128,00 | 7,0 |
|   | 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 первого сорта | 20 | 1,5 | 0,54 | 9,7 | 48,64 |   | 25 | 1,47 | 0,45 | 13,11 | 59,63 |   |
| **Полдник** |  |
| 777 (с) | Булочка "Алтайская" | 60 | 3,6 | 4,5 | 29,5 | 185,50 | 0,008 | 70 | 4,9 | 4,6 | 34,4 | 212,8 | 0,01 |
|   | Биокефир | 150 | 4,3 | 3,7 | 6,0 | 95,00 | 1,3 | 180 | 4,8 | 4,6 | 7,2 | 117,80 | 1,56 |
| **Ужин** |  |
| 254 | Филе минтая запеченное | 50 | 5,3 | 2,4 | 3,6 | 70,80 | 0 | 70 | 8,40 | 5,50 | 5,20 | 129,30 | 0,00 |
| 342 | Рагу овощное | 100 | 2,5 | 4,1 | 6,8 | 118,00 | 4,5 | 120 | 3,2 | 5,7 | 8,1 | 148,80 | 5,4 |
|   | 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 |   |
| 393 | Чай с лимоном | 150 | 0,11 |   | 8,2 | 34,60 | 2,2 | 180 | 0,15 | 0,00 | 9,50 | 40,10 | 2,50 |
|   | Зефир | 20 | 0,16 | 0,0 | 9,2 | 65,00 |   | 35 | 0,24 | 0,0 | 16,1 | 113,80 |   |
| **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** |
| **44,8** | **49,6** | **212,1** | **1690,5** | **40,5** | **55,3** | **61,6** | **256,7** | **2080,9** | **43,0** |