|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***06 апреля 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** | | | | | | | |  | | | | | | |
| 235 | Пудинг из творога с изюмом запеченный | 70 | 11,8 | 11,6 | 8,9 | 201,00 | 1,5 | 80 | 14,8 | | 14,5 | 9,90 | 251,20 | 1,87 |
| 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 |
|  | Масло сладкосливочное | 7 | 0,07 | 5,50 | 0,07 | 49,60 |  | 10 | 0,1 | | 7,8 | 0,1 | 70,90 |  |
|  | Хлеб из муки пшеничной | 20 | 1,5 | 0,54 | 9,7 | 48,64 |  | 30 | 2,9 | | 1,01 | 15,60 | 79,10 |  |
| 394 | Чай с молоком с сахаром | 150 | 1,1 | 1,2 | 9,3 | 53,20 | 0,5 | 150 | 1,1 | | 1,2 | 9,3 | 53,20 | 0,5 |
|  | Апельсин | 110 | 0,92 | 0,18 | 8,89 | 47,30 | 7,0 | 110 | 0,92 | | 0,18 | 8,89 | 47,30 | 7,0 |
| **2-ой завтрак** | | | | | | | |  | | | | | | |
| 10-00 | Нектар тыквенно-морковный с мякотью | 100 | 1,0 | 0,1 | 12,6 | 56,00 | 3 | 100 | 1,0 | | 0,1 | 12,6 | 56,00 | 3 |
| **Обед** | | | | | | | |  | | | | | | |
| 622 (з) | Салат из морской капусты с клюквой и растительным маслом | 40 | 0,1 | 3,8 | 0,4 | 27,10 | 1,6 | 40 | 0,1 | | 3,8 | 0,4 | 27,10 | 1,6 |
| 157 (86) | Суп рыбный по - шведски | 160 | 2,4 | 4,2 | 6,6 | 112,27 | 3,20 | 160 | 2,4 | | 4,2 | 6,6 | 112,27 | 3,20 |
| 276 | Жаркое по-домашнему | 150 | 9,8 | 7,8 | 12,4 | 250,5 | 3,5 | 180 | 12,4 | | 9,9 | 16,2 | 320,2 | 4,1 |
| 378 | Кисель из вишни | 150 | 0,22 | 0,0 | 26,0 | 110,20 | 6,5 | 165 | 0,26 | | 0,0 | 31,2 | 132,24 | 7,80 |
|  | 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** | | | | | | | |  | | | | | | |
|  | Печенье | 45 | 3,1 | 6,2 | 35,2 | 195,10 | 1,3 | 70 | 4,8 | | 9,6 | 54,8 | 303,49 | 2,0 |
|  | Молоко "Умница" | 150 | 4,3 | 4,8 | 7,1 | 90,00 | 2 | 180 | 5,6 | | 5,2 | 8,5 | 109,00 | 2,20 |
| **Ужин** | | | | | | | |  | | | | | | |
| 19 | Салат из консервированных огурцов с луком | 40 | 0,3 | 3,6 | 0,9 | 35,20 | 4,2 | 60 | 0,5 | | 5,4 | 1,4 | 52,80 | 6,30 |
| 319 (к) | Рыба, запеченная с картофелем по-русски | 160 | 12,0 | 10,3 | 16,6 | 242,07 | 6,3 | 165 | 12,0 | | 10,3 | 16,6 | 242,07 | 6,3 |
|  | 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 |
| **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** |
| **54,1** | **64,1** | **203,8** | **1779,9** | **42,9** | **66,9** | | **76,6** | **256,6** | **2170,0** | **48,5** |