



Группа раннего возраста (с 1,5 лет до 3 лет) 12 часов

2 апреля 2025 год

18 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Жиры, г	Белки, г	Углевод м, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг			F, мг	Se, мг
Завтрак																					
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ С ФРУКТАМИ Т.К № 167	150	4,34	3,22	28,98	140,77	0,09	0,97	0,00	0,78	0,00	0,02	23,28	31,55	66,31	1,46	228,52	1,55	0,01	0,00	167	2012
БАТОН С ДЖЕМОМ Т.К № 1	30	0,19	1,51	17,59	76,92	0,03	4,80	0,00	0,00	0,00	0,01	6,78	7,80	17,94	0,42	41,28	0,65	0,00	0,00	2	2008
КАКАО С МОЛОКОМ Т.К № 397	170	2,62	3,07	9,27	73,77	0,03	0,54	0,02	0,00	0,00	0,11	110,14	14,64	78,63	0,20	161,69	9,39	0,00	0,00	397	2012
Итого за прием пищи:	350	7,15	7,80	55,84	291,46	0,15	6,31	0,02	0,78	0,00	0,14	140,20	53,99	162,88	2,08	431,49	11,59	0,01	0,00		
2-ой завтрак																					
СОК ПЕРСИКОВЫЙ Т.К 442	100	0,00	0,30	16,50	68,00	0,02	6,00	0,06	0,00	0,00	0,04	5,00	12,00	15,00	0,20	152,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
Итого за прием пищи:	450	7,15	8,10	72,34	359,46	0,17	12,31	0,08	0,78	0,00	0,18	145,20	65,99	177,88	2,28	583,49	11,59	0,01	0,00		
Обед																					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,04	0,32	1,00	5,60	0,01	4,00	0,00	0,04	0,00	0,02	9,20	5,60	16,80	0,40	56,40	1,20	0,01	0,00		2008
СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ Т.К 107	150	6,35	6,00	9,82	120,42	0,06	0,34	0,11	1,49	0,00	0,04	16,19	24,17	84,59	1,15	144,09	2,97	0,02	0,00	107	2008
ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ Т.К 262	185	13,19	15,49	8,78	200,20	0,08	40,40	0,08	0,72	0,00	0,14	66,74	36,98	156,76	3,04	575,80	9,64	0,05	0,00	262	2008
ХЛЕБ РЖАНО ЗАВАРНОЙ	40	0,35	2,65	16,96	81,58	0,07	0,00	0,00	0,88	0,00	0,03	7,20	7,60	34,80	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД Т.К № 375	150	0,09	0,22	6,43	29,00	0,01	18,00	0,00	0,16	0,00	0,01	12,63	7,45	6,68	0,26	79,29	0,23	0,00	0,00	375	2012
Итого за прием пищи:	535	20,02	24,68	42,99	436,80	0,23	62,74	0,19	3,29	0,00	0,24	111,96	81,80	299,63	6,45	909,98	16,28	0,06	0,00		
Полдник																					
КЕКС ЗДОРОВЬЕ Т.К 490	20	6,49	1,02	8,44	79,02	0,01	0,00	0,01	1,76	0,09	0,02	3,29	1,17	10,77	0,14	11,63	0,87	0,00	0,00	490	2012
ЙОГУРТ 2.5 ЖИРНОСТИ Т.К 407	180	4,50	5,04	8,12	101,72	0,05	1,26	0,05	0,00	0,00	0,31	216,00	25,20	171,00	0,00	262,80	0,00	0,04	0,00	407	2008
Итого за прием пищи:	200	10,99	6,06	16,56	180,74	0,06	1,26	0,06	1,76	0,09	0,33	219,29	26,37	181,77	0,14	274,43	0,87	0,04	0,00		
Ужин																					
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СЛАДКОЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ Т.К № 227	180	16,02	19,02	11,84	260,94	0,05	0,46	0,08	0,95	0,12	0,26	191,47	24,82	217,26	0,55	207,35	7,09	0,03	0,03	227	2008
ХЛЕБ КРЕСТ, 1 с ВИТАМИН.	40	0,24	2,96	19,47	91,89	0,05	0,00	0,00	0,78	0,00	0,02	8,28	11,88	30,24	0,72	51,60	0,00	0,01	0,00		2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ Т.К 394	180	2,62	3,08	9,76	75,68	0,03	0,57	0,02	0,00	0,00	0,12	114,13	13,55	79,24	0,23	163,01	9,72	0,00	0,00	394	2012
Итого за прием пищи:	400	18,88	25,06	41,07	428,51	0,13	1,03	0,10	1,73	0,12	0,40	313,88	50,25	326,74	1,50	421,96	16,81	0,04	0,03		
Всего за день:		57,04	63,90	172,96	1 405,91	0,59	77,34	0,43	7,56	0,21	1,15	790,33	224,41	986,02	10,37	2 189,86	45,55	0,17	0,03		