

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

3 апреля 2025 год



19 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептуры	Сборник рецептур		
		Жиры, г	Белок, г	Углевод, 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																					
ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ Т.К. № 217	150	12,59	10,62	4,90	147,27	0,07	1,04	1,07	1,77	1,64	0,34	87,65	26,45	172,05	2,10	236,04	19,79	0,06	0,02	217	2012
ХЛЕБ КРЕСТ. 1 с ВИТАМИН.	30	0,18	2,22	14,60	68,91	0,04	0,00	0,00	0,59	0,00	0,01	6,21	8,91	22,68	0,54	38,70	0,00	0,00	0,00		2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ Т.К. № 395	170	2,64	2,50	11,03	78,59	0,02	0,44	0,01	0,00	0,00	0,09	91,87	11,92	64,89	0,14	129,59	7,85	0,00	0,00	395	2012
Итого за прием пищи:	350	15,41	15,34	30,53	294,77	0,13	1,48	1,08	2,36	1,64	0,44	185,73	47,28	259,42	2,78	404,33	27,44	0,06	0,02		
2-ой Завтрак																					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ Т.К. 442	100	0,10	0,50	10,10	46,00	0,01	2,00	0,00	0,00	0,00	0,01	7,00	4,00	7,00	1,40	120,00	1,00	0,00	0,00	442	2008
Итого за прием пищи:	450	15,51	15,84	40,63	340,77	0,14	3,48	1,08	2,36	1,64	0,45	192,73	51,28	266,42	4,18	524,33	28,44	0,06	0,02		
Обед																					
СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ Т.К. № 104	150	8,05	11,44	13,98	153,21	0,12	4,15	0,02	0,24	0,00	0,08	54,62	35,98	174,95	2,29	447,58	2,50	0,03	0,01	104	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ Т.К. 204	110	3,13	2,71	17,14	84,55	0,03	0,00	0,00	0,53	0,00	0,01	6,95	4,19	19,58	0,45	30,95	0,38	0,01	0,01	204	2012
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ Т.К. № 255	80	5,48	10,08	3,74	105,56	0,11	6,77	3,14	0,64	0,00	0,81	42,45	11,62	153,87	2,88	195,26	6,66	0,09	0,02	255	2011
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 КУРАГИ * Т.К. 401	150	0,03	0,57	11,40	48,71	0,01	0,18	0,07	0,00	0,00	0,02	23,46	12,25	14,85	0,33	194,73	0,00	0,01	0,00	401	2008
Итого за прием пищи:	510	17,04	27,45	63,22	473,61	0,34	11,10	3,23	2,29	0,00	0,95	134,68	71,64	398,05	7,55	922,92	11,78	0,14	0,04		
Полдник																					
ВАТРУШКИ С ТВОРОГОМ Т.К. 458	40	5,30	7,89	17,11	131,49	0,04	0,06	0,02	0,07	0,04	0,07	47,77	9,36	78,58	0,36	67,29	0,69	0,01	0,01	458	2012
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ Т.К. 400	160	3,88	4,50	7,45	83,81	0,04	0,83	0,03	0,00	0,00	0,17	183,20	17,92	115,20	0,13	233,60	14,40	0,00	0,00	400	2012
Итого за прием пищи:	200	9,18	12,39	24,56	215,30	0,08	0,89	0,05	0,07	0,04	0,24	210,97	27,28	190,78	0,49	300,89	15,09	0,01	0,01		
Ужин																					
ПУДИНГ МАННЫЙ С ЯБЛОКАМИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ Т.К. № 198	180	9,88	11,19	47,75	314,61	0,09	2,99	0,11	1,85	0,67	0,32	208,80	31,37	202,70	2,27	483,68	17,39	0,03	0,01	198	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	6,28	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	3,06	10,53	78,78	0,03	0,57	0,02	0,00	0,00	0,12	114,14	13,55	79,24	0,23	163,03	9,72	0,00	0,00	394	2012
Итого за прием пищи:	400	12,74	17,23	77,75	485,28	0,17	3,56	0,13	2,43	0,67	0,46	331,22	56,80	312,18	3,22	698,31	27,11	0,04	0,01		
Всего за день:		54,47	72,91	206,16	1 514,96	0,73	19,03	4,49	7,15	2,35	2,10	869,80	207,00	1 167,43	15,44	2 446,45	82,42	0,25	0,08		