



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

4 апреля 2025 год

20 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, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг			F, мг	Se, мг
Завтрак																					
КАША "ЯНТАРНАЯ" Т.К № 187	150	4,74	3,88	21,91	123,74	0,08	1,21	0,01	0,67	0,00	0,07	65,55	23,15	83,13	1,04	186,08	6,23	0,01	0,00	187	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ Т.К 1	30	5,87	3,10	8,89	71,63	0,03	0,02	0,01	0,02	0,00	0,03	62,45	8,92	48,50	0,40	31,13	0,65	0,00	0,00	1	2008
КАКАО С МОЛОКОМ Т.К № 397	170	2,62	3,07	13,72	91,62	0,03	0,54	0,02	0,00	0,00	0,11	110,23	14,64	78,63	0,20	161,83	9,39	0,00	0,00	397	2012
Итого за прием пищи:	350	13,23	10,05	44,52	286,99	0,14	1,77	0,04	0,69	0,00	0,21	238,23	46,71	210,26	1,64	379,04	16,27	0,01	0,00		
2-ой Завтрак																					
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,50	1,50	21,00	96,00	0,04	10,00	0,03	0,00	0,00	0,05	8,00	42,00	28,00	0,60	348,00	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	490	13,73	11,55	65,52	382,99	0,18	11,77	0,07	0,69	0,00	0,26	246,23	88,71	238,26	2,24	727,04	16,27	0,01	0,00		
Обед																					
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ Т. К № 66	40	3,00	0,60	5,25	51,23	0,02	1,36	0,88	1,61	0,00	0,03	21,95	15,91	23,02	0,63	121,40	2,44	0,02	0,00	71	1997
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ И МОЛОЧНЫМ СОУСОМ Т.К 225	150	10,45	5,54	4,02	113,76	0,03	8,08	0,12	1,52	0,00	0,05	30,13	15,84	64,71	1,17	208,07	4,00	0,02	0,00	66	2012
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 ПЛОДОВ Т.К № 372	150	0,17	0,35	10,78	48,21	0,01	3,00	0,01	0,29	0,00	0,01	24,67	11,46	11,07	0,73	161,11	1,20	0,01	0,00	372	2012
Итого за прием пищи:	540	30,22	27,08	59,10	585,81	0,28	22,17	1,03	5,76	0,12	0,33	143,73	93,10	340,42	6,88	1 517,26	25,55	0,12	0,00		
Полдник																					
КОЕДИЗД	20	0,94	1,18	15,00	73,20	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,20	1,80	10,00	0,16	14,20	0,00	0,00	0,00		2008
КИСЕЛЬ Т.К 406	180	0,00	0,00	2,90	11,64	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,07	1,78	0,00	0,00	0,68	0,00	0,00	0,00	406	2008
Итого за прием пищи:	200	0,94	1,18	17,90	84,84	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,27	3,58	10,00	0,16	14,88	0,00	0,00	0,00		
Ужин																					
ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ С ЯЙЦОМ И МОЛОЧНЫМ СОУСОМ ПАРОВЫЕ Т.К № 243	180	13,98	27,51	14,62	277,45	0,22	2,19	0,11	0,58	0,57	0,35	155,63	47,43	325,45	1,66	590,85	65,54	0,41	0,05	243	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 САХАРОМ Т.К № 392	180	0,00	0,04	5,50	22,21	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	8,36	2,43	1,48	0,15	5,67	0,00	0,00	0,00	392	2012
Итого за прием пищи:	400	14,22	30,51	39,59	391,55	0,27	2,20	0,11	1,36	0,57	0,37	172,27	61,74	357,17	2,53	648,12	65,54	0,42	0,05		
Всего за день:		58,11	70,32	182,11	1 445,19	0,75	36,14	1,21	7,81	0,69	0,96	572,50	247,13	945,85	11,81	2 907,30	107,36	0,55	0,05		