



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

28 апреля 2025 год

16 день																						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептуры	Сборник рецептур			
		Жиры, г	Белки, г	Углеводы, 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																						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ Т.К нр 321	130	4,07	2,75	18,53	96,17	0,11	9,00	0,01	0,11	0,00	0,09	29,90	25,20	72,09	1,02	660,09	7,32	0,03	0,00	321	2012	
СЕЛЬДЬ СРЕДНЕСОЛЕНАЯ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ Т.К нр 60	30	6,24	3,44	0,98	74,00	0,01	1,20	0,01	1,28	0,00	0,04	17,26	15,03	50,26	0,38	42,62	0,36	0,08	0,01	60	2008	
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	
ЧАЙ С САХАРОМ Т.К нр 392	160	0,00	0,04	5,21	21,05	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	7,54	2,25	1,48	0,15	5,60	0,00	0,00	0,00	392	2012	
Итого за прием пищи:	350	10,49	8,45	39,32	260,13	0,16	10,21	0,02	1,98	0,00	0,14	60,91	51,39	146,51	2,09	747,01	7,68	0,11	0,01			
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	10,59	8,95	49,42	306,13	0,17	12,21	0,02	1,98	0,00	0,15	67,91	55,39	153,51	3,49	867,01	8,68	0,11	0,01			
Обед																						
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И СМЕТАНОЙ Т.К нр 94	150	13,27	7,30	10,74	179,30	0,05	8,01	0,21	2,42	0,00	0,07	41,47	24,33	88,35	1,38	349,36	6,08	0,04	0,00	94	2008	
ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ Т.К нр 142	150	22,35	18,50	29,78	373,30	0,18	27,89	0,84	4,63	0,00	0,22	113,97	82,67	251,31	4,92	1 279,01	20,05	0,10	0,00	142	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	160	0,09	0,23	7,51	33,52	0,01	19,20	0,00	0,17	0,00	0,01	13,49	7,94	7,13	0,28	84,60	0,24	0,00	0,00	375	2012	
Итого за прием пищи:	500	36,06	28,68	64,99	667,70	0,31	55,10	1,05	8,10	0,00	0,33	176,13	122,54	381,59	8,18	1 767,37	28,61	0,14	0,00			
Полдник																						
ЙРГУРТ Т.К. 435	180	4,38	5,08	11,99	112,75	0,07	1,23	0,05	0,12	0,00	0,30	210,10	24,50	166,25	0,18	255,65	15,75	0,04	0,00	435	2008	
БАТОН МОЛОЧНЫЙ ДЛИННЫЙ	20	0,20	1,60	9,82	47,60	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	4,60	6,80	17,80	0,40	27,20	0,72	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	200	4,58	6,68	21,81	160,35	0,10	1,23	0,05	0,12	0,00	0,31	214,70	31,30	184,05	0,58	282,85	16,47	0,04	0,00			
Ужин																						
МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ Т.К 256	180	13,94	17,18	21,93	258,33	0,12	4,07	3,78	1,87	0,13	0,31	229,99	82,88	260,44	2,13	529,32	14,51	0,12	0,02	258	2008	
ХЛЕБ КРЕСТ. 1 с ВИТАМИН	40	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	
ЧАЙ С САХАРОМ Т.К нр 392	180	0,00	0,04	5,89	23,76	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	8,37	2,43	1,48	0,15	5,69	0,00	0,00	0,00	392	2012	
Итого за прием пищи:	400	14,12	19,44	42,42	351,00	0,16	4,08	3,78	2,46	0,13	0,32	244,57	94,22	284,60	2,82	573,71	14,51	0,12	0,02			
Всего за день:		65,35	63,75	178,64	1 485,18	0,74	72,62	4,90	12,66	0,13	1,11	703,31	303,45	1 003,75	15,07	3 490,94	68,27	0,41	0,03			