

29 апреля



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
Чистякова Е.Г.
2025 г

Группа раннего возраста (с 1,5 лет до 3 лет) 12 часов 20245 год

17 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																					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ Т.К нр 189	150	5,49	4,11	19,97	116,80	0,04	0,38	0,01	0,51	0,00	0,08	80,58	11,91	68,22	0,24	133,54	6,62	0,00	0,00	189	2008
БАТОН С СЫРОМ И МАСЛОМ Т.К 3	30	7,68	4,14	6,38	82,40	0,02	0,09	0,03	0,04	0,00	0,06	129,39	10,84	86,30	0,35	29,80	0,46	0,00	0,00	3	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ Т.К нр 395	170	2,06	2,50	10,05	69,37	0,02	0,44	0,01	0,00	0,00	0,09	91,85	11,92	64,69	0,14	129,56	7,65	0,00	0,00	395	2012
Итого за прием пищи:	350	15,23	10,75	36,40	268,57	0,08	0,91	0,05	0,55	0,00	0,23	301,82	34,67	219,21	0,73	292,90	14,73	0,00	0,00		
2-ой Завтрак																					
БАНАН СВЕЖИЙ	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:	450	15,73	12,25	57,40	364,57	0,12	10,91	0,08	0,55	0,00	0,28	309,82	76,67	247,21	1,33	640,90	14,73	0,00	0,00		
Обед																					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ И КУРАГОЙ Т.К 39	40	1,99	0,59	5,11	41,42	0,02	0,82	0,61	1,05	0,00	0,03	19,94	14,19	20,34	0,46	139,02	1,56	0,02	0,00	39	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ Т.К нр 83	170	11,79	9,00	12,17	162,24	0,08	6,11	0,14	1,10	0,03	0,09	20,63	26,50	106,91	1,68	559,44	7,13	0,04	0,00	83	2012
СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА С РИСОМ Т.К 279	150	19,67	19,56	18,13	294,59	0,06	0,00	0,05	0,98	0,42	0,17	17,76	28,39	195,47	2,50	330,98	10,32	0,06	0,01	279	2011
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	20	1,42	0,28	1,51	8,62	0,01	0,61	0,03	0,04	0,00	0,01	2,93	2,20	3,60	0,09	31,22	0,36	0,00	0,00	348	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 нр 372	160	0,19	0,37	12,53	55,56	0,01	3,20	0,01	0,30	0,00	0,01	26,33	12,23	11,81	0,78	171,88	1,28	0,01	0,00	372	2012
Итого за прием пищи:	580	35,41	32,45	66,41	644,01	0,25	10,74	0,84	4,35	0,45	0,34	94,79	91,11	372,93	7,11	1 286,94	22,89	0,13	0,01		
Полдник																					
ПЕЧЕНЬЕ „ТВОРОЖНОЕ„ Т.К 10	20	7,16	6,53	11,96	104,77	0,03	0,05	0,02	0,10	0,12	0,07	39,74	7,18	63,87	0,32	52,45	1,26	0,01	0,01	10	2004
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ Т.К 400	180	5,59	5,06	8,21	104,76	0,05	0,94	0,03	0,00	0,00	0,19	183,60	20,16	129,60	0,14	262,80	16,20	0,00	0,00	400	2012
Итого за прием пищи:	200	12,75	11,59	20,17	209,53	0,08	0,99	0,05	0,10	0,12	0,26	223,34	27,34	193,47	0,46	315,25	17,46	0,01	0,01		
Ужин																					
РЫБА, ТУШЕННАЯ ГОРБУША В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ Т.К нр 231	180	6,76	16,25	4,88	117,75	0,11	2,30	0,57	1,52	0,00	0,12	53,99	63,20	239,34	1,20	547,62	152,25	0,65	0,01	231	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 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	7,00	19,25	30,24	233,40	0,16	2,31	0,57	2,30	0,00	0,14	70,64	77,51	271,06	2,07	604,91	152,25	0,66	0,01		
Всего за день:		70,89	75,54	174,22	1 451,51	0,61	24,95	1,54	7,30	0,57	1,02	698,59	272,63	1 084,67	10,97	2 848,00	207,33	0,80	0,03		