

16 мая 2025г

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
Чистякова Е.Г.

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

19 мая 20245 год

11 день																					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Жиры, г	Белки, г	Углеводи- м, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	D, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
КАША "ДРУЖБА" Т.К. № 190	155	6,16	4,55	17,72	119,42	0,06	0,59	0,02	0,23	0,06	0,12	118,21	21,76	106,92	0,36	187,70	10,57	0,01	0,00	190	2008
БАТОН С МАСЛОМ Т.К. № 2	25	3,83	1,65	9,87	50,93	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	1	2008
КАША С МОЛОКОМ СЛАДКОЕ Т.К. № 433	170	4,04	3,73	12,45	102,27	0,03	0,66	0,02	0,00	0,00	0,13	130,86	16,58	95,34	0,22	185,41	11,48	0,00	0,00	433	2008
Итого за прием пищи:	350	14,03	9,93	40,04	272,62	0,12	1,25	0,04	0,23	0,06	0,25	253,67	45,14	220,06	0,98	410,31	22,77	0,01	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	14,83	11,43	61,04	368,62	0,16	11,25	0,07	0,23	0,06	0,31	261,67	87,14	248,06	1,58	758,31	22,77	0,01	0,00		
Обед																					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ Т.К. 7	40	0,08	0,44	1,52	9,60	0,02	10,00	0,07	0,16	0,06	0,02	5,60	8,00	10,40	0,40	116,00	0,80	0,00	0,00	7	2008
СУП ПШЕНИЧНЫЙ С МЯСОМ (КУЛЕШ) Т.К. № 110	150	8,52	5,78	7,52	106,80	0,04	0,33	0,00	1,09	0,00	0,03	11,93	14,08	62,88	0,88	117,34	2,50	0,02	0,00	110	2008
КАРТОФЕЛЬНОЕ ГЮРЕ С МОЛОКОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ Т.К. № 520	110	4,28	2,69	16,55	89,30	0,08	7,85	0,01	0,10	0,08	0,09	42,68	23,37	71,28	0,94	587,30	7,29	0,03	0,00	520	2008
ГОЛУБЫ ЛЕНИВЫЕ Т.К. 306	60	9,22	9,60	2,77	120,00	0,03	7,26	0,00	0,32	0,00	0,07	24,33	15,29	89,62	1,50	245,70	4,95	0,03	0,00	306	2008
ХЛЕБ РУЖАНО ЗАВАРНОЙ	30	0,26	1,99	12,72	61,19	0,05	0,00	0,00	0,68	0,00	0,02	5,40	5,70	26,10	1,20	40,80	1,68	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ КРЕСТ 1 с ВИТАМИН	20	0,12	1,48	9,73	45,94	0,02	0,00	0,00	0,39	0,00	0,01	4,14	5,94	15,12	0,36	25,80	0,00	0,00	0,00		2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ Т.К. № 402	150	0,00	0,00	5,81	23,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11	0,00	0,00	0,00	0,18	0,00	0,00	0,00	402	2008
Итого за прием пищи:	590	22,48	22,18	58,12	486,11	0,25	25,44	0,08	2,72	0,06	0,24	94,19	72,38	275,40	5,28	1133,12	17,22	0,08	0,00		
Полдник																					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ Т.К. № 400	180	5,06	5,06	8,21	104,76	0,05	0,94	0,03	0,00	0,00	0,19	163,60	20,16	129,60	0,14	262,80	16,20	0,00	0,00	400	2012
ПРЯНИЦА	20	0,94	1,16	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
Итого за прием пищи:	200	6,63	6,24	23,21	177,96	0,07	0,94	0,03	0,00	0,00	0,19	165,80	21,96	139,60	0,30	277,00	16,20	0,00	0,00		
Ужин																					
БРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕНЫЕ С ЛЯЦОМ И МОЛОЧНЫМ СОУСОМ (ПАРОВЫЕ) Т.К. 243	180	19,61	26,32	9,92	292,85	0,20	2,67	0,11	2,68	0,57	0,32	122,20	43,54	302,99	1,52	550,86	63,40	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	6,66	26,87	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	8,38	2,43	1,48	0,15	5,71	0,00	0,00	0,00	392	2012
Итого за прием пищи:	400	19,85	29,32	36,05	411,61	0,25	2,68	0,11	3,46	0,57	0,34	138,86	57,85	334,71	2,39	607,97	63,40	0,42	0,05		
Всего за день:		63,39	69,17	176,42	1414,30	0,73	39,71	0,29	6,41	0,57	1,08	680,52	239,33	997,77	9,55	2776,40	119,59	0,51	0,05		