

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
				Б	Ж	У		
1,5-3	07.07.2022			Б	Ж	У		С
Завтрак								
216	Омлет натуральный с сыром, запеченный		70	6,9	12,7	1,1	148,00	0,6
	Дополнительный гарнир: горошек зеленый консервированный		20	0,7	0,6	1,5	16,50	2,9
395	Кофейный напиток с молоком		150	2,2	2,4	14	87,50	1,4
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта		20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Груша		110	0,4	0,5	11,8	56,40	6
Завтрак2								
10-00	Нектар тыквенный с мякотью		100	0,1		10,3	42,00	0,8
Обед								
14 (с)	Салат из св.овощей с растительным маслом		40	0,4	3,1	0,8	32,60	3,6
76	Рассольник ленинградский с птицей		165	4,9	6,5	6,1	122,20	5,10
261	Тефтели рыбные с соусом (50/15)		65	4,8	5,1	6,80	92,5	0,6
342	Рагу овощное		100	2,5	4,1	6,8	118,0	4,5
375	Компот из плодов (клюква)		150	0,1	0	12,6	52,50	7,0
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта		20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Хлеб ржано-пшеничный		20	1,0	0,36	9,9	45,60	
Полдник								
767 (с)	Булочка ванильная		50	3,9	4,3	29,1	171,45	0,0
	Ацидофилин		150	4,3	3,6	12,0	84,00	1,1
Ужин								
298/354.	Винегрет овощной		40	0,5	3,0	3,3	52,30	2,9
45	Запеканка из печени с рисом		125	10,4	8,4	18,6	204,2	5,5
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта		20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Хлеб ржано-пшеничный		20	1,0	0,36	9,9	45,60	
393	Чай с лимоном		150/7/3,5	0,11		8,2	34,60	2,2
	Мармелад		20	0,02	0,00	15,60	66,70	
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 1, НЕДЕЛЯ1 СЕЗОН ОГРАНИЧЕННЫЙ (с 01.03 по 01.09), возрастная категория 1,5-3 лет				Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
				Б	Ж	У		
				50,4	59,8	206,7	1637,47	44,2