

28.01.2022

13

День: 3  
 Неделя: 3  
 Сезон: Основной  
 Возрастная категория: 1,5-3 лет

с 01 сентября по 01 марта

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)  С
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
262 (к) 1	Каша жидкая на молоке (пшеница)	150	4,1	4,7	24,2	156,00	1,7
	Сыр полутвердый	10	2,6	2,1	3,2	40,00	0,06
	Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	5	0,07	5,50	0,07	49,60	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта.	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
397	Какао с молоком	180	2,8	2,9	18,8	91,00	1
<b>Завтрак2</b>							
10-00	Сок детям до 3-х лет (яблоко-груша)	100	0,0	0,0	11,5	46,00	2
<b>Обед</b>							
14	Салат с томатами в собственном соку с луком и маслом растительным	40	0,3	3,5	1,8	35,60	8,7
72	Щи по-уральски с мясом со сметаной	170/7	4,7	6,6	14,9	117,40	5,50
282	Биточки мясные рубленые	60	6,2	5,8	4,0	115,90	
204/317	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110	3,5	4,5	18,6	150,0	
378	Кисель из ягод (черная смородина)	180	0,3	0,0	23,8	103,50	9
	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	
<b>ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 3, НЕДЕЛЯ 3 СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03), возрастная категория 1,5-3 лет</b>			Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)  С
			Б	Ж	У		
			27,57	38,34	148,27	1060,08	28,16