

1	<b>День:</b>	1					
	<b>Неделя:</b>	1	<b>02.10.23</b>				
	<b>Сезон:</b>	Основной	с 01 сентября по 01 марта				
	<b>Возрастная категория:</b>	1,5-3 лет					
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)  С
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
262 (к) I	Каша жидкая на молоке (пшеничная)	150	2,8	7,8	18,6	170,20	1,6
7	Сыр полутвердый	15	3,8	3,9	4,8	60,00	0,1
6	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	
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,2	2,4	14	87,50	1,4
	Груша	120	1,0	0,3	8,9	44,00	5,4
<b>Завтрак2</b>							
10-00	Сок яблочный осветленный	100	0,4	0,0	13,3	56,00	3
<b>Обед</b>							
622 (з)	Салат из морской капусты с клюквой и растительным маслом	40	0,1	3,8	0,4	27,10	1,6
590 (ТИ)	Свекольник	170	2,8	3,1	10,9	80,22	4,5
294	Запеканка из печени с рисом	160	4,1	5,2	27,0	163,00	1,5
	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	
376	Компот из сушеных фруктов (сухофрукты)	180	0,8	0,1	14,4	62,70	9,0
<b>Полдник</b>							
767 (с)	Булочка ванильная	60	3,9	4,3	29,1	171,45	2,1
401	Молоко обогащенное йодказеином "Умница"	180	4,3	4,8	7,1	90,00	2
<b>Ужин</b>							
13	Салат из свежих огурцов с зеленью и подсолнечным маслом	40	0,2	2,9	1,0	30,60	4,3
319 (к)	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	160	12,0	10,3	16,6	242,07	6,30
	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	180	0,11		8,2	34,60	2,2
<b>ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 1, НЕДЕЛИ СЕЗОН ОСНОВНОЙ</b>  (с 01.09 по 01.03), возрастная категория 1,5-3 лет			<b>Пищевые вещества (г)</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>	<b>Витамины (мг)</b>  <b>С</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>		
			<b>45,2</b>	<b>56,7</b>	<b>223,4</b>		
						<b>1606,2</b>	<b>44,5</b>

