

06.04.2023

5 День: 5
 Неделя: 1
 Сезон: Ограниченный с 01 марта по 01 сентября
 Возрастная категория: 1,5-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
Завтрак							
237	Запеканка из творога	90	11,3	9,5	8,5	188,00	0,2
783(з)	Соус абрикосовый	30	0,12	0,0	16,4	75,63	0,12
	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	
392	Чай с сахаром	180	1,0	1,2	9,2	52,40	1,1
	Яблоко	110	0,4	0,5	11,8	56,40	6,0
Завтрак2							
10-00	Сок фруктовый детям до 3-х лет (яблоко-груша)	100	0,0	0,0	14,3	45,00	0,8
Обед							
622 (з)	Салат из морской капусты с клюквой и растительным маслом	40	0,1	3,8	0,4	27,1	1,6
87	Суп рыбный (с пшеном)	170	4,9	2,8	10,6	105,7	2,9
281	Котлета мясная, запеченная с соусом молочным	60	5,7	7,1	5,4	126,50	0,3
336	Капуста тушеная	110	1,0	2,6	3,2	49,9	5,6
376	Компот из сушеных фруктов (курага)	180	0,8	0,1	14,4	62,70	9,0
	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							
738	Пирожок печеный с яблоком	60	3,3	1,8	28,8	157,20	0,5
	Снежок	180	4,3	3,7	12,0	109,00	1,3
Ужин							
	Икра из баклажанов	30	0,4	1,5	1,9	23,60	2,4
315	Рис отварной	100	2,3	4,9	15,5	146,10	
278	Бефстроганов из отварного мяса	100	11,2	5,3	2,7	105,40	0,9
374	Компот из апельсинов	180	0,2	0,1	11,4	48,80	8,0
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 5, 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		С
			50,1	51,2	189,6	1525,7	64,1