

14.05.2025

День: среда

Неделя: первая

Сезон: осеннее - зимний

Возрастная категория: 1 - 3 года

Утверждаю:
Т.Б. Шкляева

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
93	каша геркулесовая молочная жидкая	150/4	4,75	6,67	19,11	155,53
263У	чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89,00
	хлеб пшеничный	20	1,70	0,18	9,92	45,20
	Итого:	354	9,12	9,19	43,34	289,73
	2 завтрак					
	фрукт (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	итого:	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Обед					
44	салат "Космос"	30	1,76	4,38	1,73	53,72
28 / 47	суп - лапша домашняя на курином бульоне с мясом птицы	150	1,47	2,94	8,37	65,79
213	свекла, тушенная в молочном соусе	110	3,24	5,30	13,67	111,78
178	биточки припущенные куриные	60	9,43	10,66	6,42	159,32
251У	компот из свежих плодов (из яблок)	150	0,12	0,12	17,91	72,00
	Хлеб пшеничный	15	1,30	0,13	7,44	33,90
	Хлеб ржаной	15	1,23	0,14	8,00	32,00
	Итого:	530	18,52	23,67	63,54	528,51
	Полдник:					
260У	чай с лимоном	150	0,07	0,01	7,10	29,00
293	Булочка «Веснушка»	50	3,90	3,06	26,93	151,00
	Итого:	200,0	3,97	3,07	34,03	180,00
	ИТОГО:	1184,00	32,01	36,33	150,71	1045,24

Стоимость:
103-84

День: среда 14.05.2025
 Неделя: первая
 Сезон: осеннее - зимний
 Возрастная категория: 3 - 7 лет



№ рецеп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
93	каша геркулесовая молочная жидкая	200/5	6,33	8,90	25,49	207,38
263У	чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89,00
	Хлеб пшеничный	20	1,70	0,18	9,92	45,20
	Итого:	405	10,70	11,42	49,72	341,58
	2 завтрак					
	фрукт (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	итого:	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Обед					
44У	салат "Космос"	50	2,78	7,31	2,88	89,53
28/47	суп - лапша домашняя на курином бульоне с мясом птицы	180	2,66	3,72	15,40	99,95
213	свекла, тушенная в молочном соусе	150	4,38	7,23	18,64	152,43
178	биточки припущенные куриные	70	11,02	12,45	7,52	186,09
251У	компот из свежих плодов (из яблок)	180	0,14	0,14	21,49	86,40
	Хлеб пшеничный	20	1,70	0,18	9,92	45,20
	Хлеб ржаной	20	1,64	0,19	10,70	42,60
	Итого:	670	24,32	31,22	86,55	702,20
	Полдник:					
260У	чай с лимоном	180	0,12	0,02	10,20	41,00
293	булочка «Веснушка»	70	5,46	4,28	37,70	211,40
	Итого:	250,0	5,58	4,30	47,90	252,40
	ИТОГО:	1425,00	41,00	47,34	193,97	1343,18

СТОИМОСТЬ:
 133=57