

10/10/2017

/

Дети от 1 до 3 лет

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Каша манная молочная с маслом	150	153	4.55	4.83	22.86
Сыр (порциями)	10	36	2.32	2.95	
Хлеб пшеничный	20	47	1.52	0.16	9.84
Кофейный напиток с молоком	180	79	2.52	2.25	12.24
Пищевая ценность	360	315	10.91	10.19	44.94
Второй завтрак					
Напиток из ягод	100	21	0.04	0.02	4.94
Пищевая ценность	100	21	0.04	0.02	4.94
Обед					
Щи из свежей капусты на курин. бульоне со сметаной	150	37	0.90	2.70	2.28
Макаронные изделия отварные	110	135	4.07	3.63	21.67
Гуляш из отварного мяса	50	129	10.00	9.75	1.65
Компот из смеси сухофруктов	100	42	0.30	0.05	10.05
Хлеб ржаной	40	82	3.20	0.60	16.04
Пищевая ценность	450	425	18.47	16.73	51.69
Полдник					
Кондитерское изделие	50	208	3.75	4.90	37.20
Чай с сахаром	150	28	0.15	0.08	6.98
Пищевая ценность	200	236	3.90	4.98	44.18
Ужин					
Суфле из птицы с рисом	160	237	17.41	12.99	12.19
Соус томатный	20	10	0.20	0.66	0.92
Напиток из шиповника	180	70	0.60	0.24	16.46
Хлеб пшеничный	40	94	3.04	0.32	19.68
Пищевая ценность	400	411	21.25	14.21	49.25
Итого за день - Пищевая ценность		1408	54.57	46.13	195.00

10/10/2011

/

Дети от 3 до 7 лет

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Каша манная молочная с маслом	170	173	5.16	5.47	25.91
Сыр (порциями)	10	36	2.32	2.95	
Хлеб пшеничный	30	70	2.28	0.24	14.76
Кофейный напиток с молоком	200	88	2.80	2.50	13.60
Пищевая ценность	410	367	12.56	11.16	54.27
Второй завтрак					
Напиток из ягод	100	21	0.04	0.02	4.94
Пищевая ценность	100	21	0.04	0.02	4.94
Обед					
Щи из свежей капусты на курин. бульоне со сметаной	200	49	1.20	3.60	3.04
Макаронные изделия отварные	130	160	4.81	4.29	25.61
Гуляш из отварного мяса	70	181	14.00	13.65	2.31
Компот из смеси сухофруктов	150	63	0.45	0.08	15.08
Хлеб ржаной	50	103	4.00	0.75	20.05
Пищевая ценность	600	556	24.46	22.37	66.09
Полдник					
Кондитерское изделие	50	208	3.75	4.90	37.20
Чай с сахаром	200	38	0.20	0.10	9.30
Пищевая ценность	250	246	3.95	5.00	46.50
Ужин					
Суфле из птицы с рисом	180	265	19.57	14.63	13.73
Соус томатный	20	10	0.20	0.66	0.92
Напиток из шиповника	200	78	0.67	0.27	18.30
Хлеб пшеничный	50	117	3.80	0.40	24.60
Пищевая ценность	450	470	24.24	15.96	57.55
Итого за день - Пищевая ценность		1660	65.25	54.51	229.35

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 669156940959655819463310575184336563501118402998

Владелец Завалина Елена Павловна

Действителен с 30.01.2025 по 30.01.2026