

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
День 8	Среда 23.07.2025 1-3 года					
Неделя	2					
Завтрак						
6/М	Масло сливочное	5	0,03	4,13	0,04	37,4
7/М	Сыр полутвердый	10	2,32	2,95		36,4
199/М/ССЖ	Каша жидкая молочная из риса и пшена с курагой, 140/10	150	6,24	3,96	29,42	178,23
411/М/ССЖ	Чай с сахаром, 180/8	180	0,1	0,01	8,02	32,68
	Хлеб пшеничный	20	1,14	0,12	7,38	35,25
Итого за Завтрак		360	9,83	11,17	44,86	319,96
Второй завтрак						
386/М	Яблоко	100	1,5	0,5	21	96
Итого за Второй завтрак		100	1,5	0,5	21	96
Обед						
13/М/ССЖ	Салат из свежих огурцов	30	0,21	1,03	0,57	12,29
90/М/ССЖ	Суп картофельный с рыбными фрикадельками, 140/35	175	8,65	5,13	12,35	129,56
284/М/ССЖ	Запеканка картофельная с печенью с маслом сливочным, 170/3	173	15,81	11,82	20,81	252,43
	Сок фруктовый	150	1,35	0,15	17,4	78
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржано-пшеничный	10	0,56	0,11	4,94	23,2
Итого за Обед		558	28,1	18,4	65,91	542,48
Полдник						
1096/И	Сочни с творогом	50	5,92	4,54	20,77	147,24
	Снежок	180	4,86	4,5	19,44	142,2
Итого за Полдник		230	10,78	9,04	40,21	289,44
Ужин						
71/И	Подгарнировка из свежих помидоров	30	0,33	0,06	1,14	7,2
318/М/ССЖ	Бефстроганов из куриного филе	60	12,01	9,02	2,5	142,52
330/М/ССЖ	Каша пшеничная рассыпчатая	110	4,15	3,33	24,96	145,56
412/М/ССЖ	Чай с сахаром и лимоном, 180/8	180	0,15	0,02	8,2	34,72
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Итого за Ужин		400	18,16	12,59	46,64	377
Итого за день		1 648	68,37	51,7	218,62	1624,88

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
День 8	Среда 23.07.2025 3-7 лет					
Неделя	2					
Завтрак						
6/М	Масло сливочное	7	0,04	5,78	0,06	52,36
7/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6
199/М/ССЖ	Каша жидкая молочная из риса и пшена с курагой, 190/10	200	7,34	4,87	33,5	207,21
411/М/ССЖ	Чай с сахаром, 180/10	180	0,1	0,01	10,01	40,66
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	47
Итого за Завтрак		432	12,48	15,25	53,41	401,83
Второй завтрак						
386/М	Яблоко	100	1,5	0,5	21	96
Итого за Второй завтрак		100	1,5	0,5	21	96
Обед						
13/М/ССЖ	Салат из свежих огурцов	60	0,42	2,06	1,14	24,58
90/М/ССЖ	Суп картофельный с рыбными фрикадельками, 160/35	195	8,87	5,17	13,97	137,18
284/М/ССЖ	Запеканка картофельная с печенью с маслом сливочным, 200/5	205	19,12	15,22	25,46	314,66
	Сок фруктовый	180	1,62	0,18	20,88	93,6
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржано-пшеничный	13	1,12	0,22	9,88	46,4
Итого за Обед		683	32,67	23,01	81,17	663,42
Полдник						
1096/И	Сочни с творогом	50	5,92	4,54	20,77	147,24
	Снежок	200	5,4	5	21,6	158
Итого за Полдник		250	11,32	9,54	42,37	305,24
Ужин						
71/И	Подгарнировка из свежих помидоров	30	0,33	0,06	1,14	7,2
318/М/ССЖ	Бефстроганов из куриного филе	80	13,12	10,75	3,04	165,22
330/М/ССЖ	Каша пшеничная рассыпчатая	130	5,3	4,17	31,83	184,92
412/М/ССЖ	Чай с сахаром и лимоном, 180/10	180	0,15	0,02	10,19	42,7
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Итого за Ужин		450	21,18	15,24	60,96	470,54
Итого за день		1 902	79,15	63,54	258,91	1937,03