

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
День 17	Вторник 24.06.2025г.	1-3 года				
Неделя	4					
Завтрак						
230/М/ССЖ	Пуддинг из творога, соус молочный	100	13,45	12,9	2,08	179,25
412/М/ССЖ	Кофейный напиток с молоком 3,2%	180	0,15	0,02	8,2	34,72
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5
Итого за Завтрак		380	18,95	13,42	38,13	351,47
Второй завтрак						
386/М/ССЖ	Апельсин	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	47
Обед						
26/М/ССЖ	Салат из помидоров свежих	30	0,53	2,06	2,73	31,53
229/И	Суп картофельный с клёцками с птицей	180	2,27	4,79	4,77	73,35
294/М/ССЖ	Жаркое по - домашнему	60	10,63	8,37	1,8	126,98
494/М/ССЖ	Сок фруктовый	180	0,53	0,04	14,83	62,57
	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		590	20,19	18,86	63,87	510,19
Полдник						
	Печенье	30	2,25	2,94	22,32	125,1
	Напиток снежок	180	5,22	5,76	8,46	108
Итого за Полдник		210	7,47	8,7	30,78	233,1
Ужин						
23/М/ССЖ	Салат из свеклы и горошка консервированного	40	0,49	3,08	1,87	38,01
288/М/ССЖ	Биточки из кальмаров и рыбы	70	10,61	3,66	6,59	100,67
144/М/ССЖ	Картофель и овощи, тушеные в соусе	120	2,62	3,31	18,01	112,62
413/М/ССЖ	Чай с шиповником	180	1,55	1,61	10,37	62,68
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5
Итого за Ужин		420	16,03	11,74	41,76	337,48
Итого за день		1 700	63,04	53,12	184,34	1479,24