

№ 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 10	Пятница 25.07.2025 1-3 года					
Неделя	2					
Завтрак						
199/М/ССЖ	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы	150	5,55	3,23	22,51	141,06
416/М/ССЖ	Какао на молоке (3,2%), 180/8	180	3,39	3,5	12,89	97,7
	Хлеб пшеничный	20	1,14	0,12	7,38	35,25
Итого за Завтрак		350	10,08	6,85	42,78	274,01
Второй завтрак						
	Груша	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за Второй завтрак		100	0,4	0,3	10,3	47
Обед						
32/И	Салат из цветной капусты, брокколи, помидоров и зелени	30	0,64	1,08	1,27	17,66
88/М/ССЖ	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей, 160/15	175	5,26	5,25	12,3	117,47
294/М/ССЖ	Бефстроганов из отварной говядины	60	10,63	8,37	1,8	126,98
339/М/ССЖ	Картофельное пюре	120	2,56	3,75	17,33	113,33
	Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,56	0,11	4,94	23,2
Итого за Обед		565	21,92	18,87	62,63	514,64
Полдник						
	Печенье	30	2,25	2,94	22,32	125,1
	Снежок	180	5,22	4,5	7,56	97,2
Итого за Полдник		210	7,47	7,44	29,88	222,3
Ужин						
71/И	Подгарнировка из свежих огурцов	30	0,21	0,03	0,57	3,3
322/М/ССЖ	Котлеты из курицы с соусом томатным, 60/10	70	9,07	9,09	6,60	145,23
415/К/ССЖ	Рис припущенный с овощами	110	2,35	3,2	21,23	123,06
376/И	Чай с шиповником, 180/10	180	0,2	0,05	9,47	41,2
	Хлеб пшеничный	20	0,76	0,08	4,92	23,5
Итого за Ужин		400	12,59	12,45	42,79	336,29

№ 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 10	Пятница 25.07.2025 3-7 лет					
Неделя	2					
Завтрак						
199/М/ССЖ	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы	200	7,44	4,31	30,53	190,26
416/М/ССЖ	Какао на молоке (3,2%), 180/10	180	3,39	3,5	14,88	105,68
	Хлеб пшеничный	25	1,52	0,16	9,84	47
Итого за Завтрак		400	12,35	7,97	55,25	342,94
Второй завтрак						
	Груша	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за Второй завтрак		100	0,4	0,3	10,3	47
Обед						
32/И	Салат из цветной капусты, брокколи, помидоров и зелени	60	1,21	2,15	2,42	34,42
88/М/ССЖ	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей, 180/15	195	5,47	5,28	13,67	123,98
294/М/ССЖ	Бефстроганов из отварной говядины	80	12,33	11,72	1,96	165,18
339/М/ССЖ	Картофельное пюре	150	3,01	4,65	20,17	134,73
	Сок фруктовый	180	0,9	0,18	18,18	82,8
	Хлеб пшеничный	25	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,24	0,44	19,76	92,8
Итого за Обед		735	27,44	24,66	90,92	704,41
Полдник						
	Печенье	50	3,75	4,9	37,2	208,5
	Снежок	200	5,8	5	8,4	108
Итого за Полдник		250	9,55	9,9	45,6	316,5
Ужин						
71/И	Поджаренная из свежих огурцов	30	0,21	0,03	0,57	3,3
322/М/ССЖ	Котлеты из курицы с соусом томатным, 80/20	100	12,7	12,72	9,16	202,70
415/К/ССЖ	Рис припущенный с овощами	130	2,79	3,98	25,16	147,54
376/И	Чай с шиповником, 180/10	180	0,2	0,05	11,46	49,18
	Хлеб пшеничный	25	1,52	0,16	9,84	47
Итого за Ужин		460	17,4	16,94	56,19	449,72