

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--|---------------------------------|--------------|----------------------|------|----------|--------------------------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | |
| 2-й день 07.11.2023 (1,5-3 года). | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | |
| 93 | <i>Каши геркулесовая</i> | 200 | 4,76 | 6,38 | 16,4 | 140,3 |
| 1 | <i>Бутерброд с маслом</i> | 30/5 | 1,54 | 3,46 | 9,25 | 90,0 |
| 248 | <i>Какао с молоком</i> | 180 | 1 | 1,08 | 10,8 | 75,0 |
| Второй завтрак | | | | | | |
| 10.00 | <i>Йогурт</i> | 100 | 1,9 | 7,5 | 13,9 | 120,0 |
| Обед | | | | | | |
| 38 | <i>Суп гороховый</i> | 250 | 0,47 | 2,03 | 3,62 | 34,8 |
| 1 | <i>Хлеб пшеничный</i> | 40 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136,00 |
| 206 | <i>Картофельное пюре</i> | 150 | 3,05 | 5,24 | 18,06 | 142,0 |
| 139 | <i>Сельдь с луком</i> | 100 | 10,74 | 5,72 | 48,58 | 121,62 |
| | <i>Салат из отварной свеклы</i> | 60 | 0,72 | 2,83 | 4,63 | 46,8 |
| 376 | <i>Кисель</i> | 180 | 0,40 | 0,02 | 25,24 | 102,72 |
| Полдник | | | | | | |
| 204 | <i>Макароны с сыром</i> | 150 | 7,88 | 8,83 | 35,88 | 259,0 |
| 256 | <i>Напиток из шиповника</i> | 200 | 0,24 | 0,1 | 18,33 | 100,0 |

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность |
|--|---------------------------------|--------------|----------------------|------|----------|-------------------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | |
| 2-ой день 7.11.2023г. Вторник дети от 3- до 7 лет | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | |
| 93 | <i>Каши геркулесовая</i> | 150 | 6,35 | 8,51 | 21,86 | 187,0 |
| 1 | <i>Бутерброд с маслом</i> | 20/4 | 2,3 | 4,36 | 14,62 | 108,0 |
| 248 | <i>Какао с молоком</i> | 180 | 1,2 | 1,3 | 13 | 90,0 |
| Второй завтрак | | | | | | |
| 10.00 | <i>Йогурт</i> | 100 | 2,2 | 2,38 | 23,83 | 165,0 |
| Обед | | | | | | |
| 38 | <i>Суп гороховый</i> | 200 | 4,3 | 3,9 | 17,51 | 105,6 |
| 1 | <i>Хлеб пшеничный</i> | 30 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136,00 |
| 206 | <i>Картофельное пюре</i> | 120 | 2,44 | 4,19 | 14,45 | 113,6 |
| 139 | <i>Сельдь с луком</i> | 88 | 10,74 | 5,72 | 48,58 | 121,62 |
| | <i>Салат из отварной свеклы</i> | 45 | 0,72 | 2,83 | 4,63 | 46,8 |
| 376 | <i>Кисель</i> | 180 | 0,40 | 0,02 | 25,24 | 102,72 |
| Полдник | | | | | | |
| 204 | <i>Макароны с сыром</i> | 100 | 7,88 | 8,83 | 35,88 | 259,0 |
| 256 | <i>Напиток из шиповника</i> | 150 | 0,24 | 0,1 | 18,33 | 100,0 |