18 апреля 2025 г. ЯСЛИ

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Ма с с а по р ц и и (г)	Пищевые вещества (г)			Энерге - тическ ая ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А(мкг)	Д(мкг)	Ca	Р	Mg	К	Fe	Se	I	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак																			
6/М	Масло сливочное	5	0,03	4,13	0,04	37,4		0,01		29,5	0,08	0,6	0,95		0,75	0,01	0,05		
244/М/СС Ж	Вареники ленивые с соусом кисельным из сухофруктов, 110/50	160	17,47	8,07	28,18	256,36	0,05	0,2	0,28	34,14	0,08	141,77	197,76	26,57	105,53	0,74	24,67	7,44	0,02
412/М/СС Ж	Чай с сахаром и лимоном, 180/8	180	0,15	0,02	8,2	34,72		0,01	2,45	0,37		5,12	5,44	2,92	22,42	0,47	0,02	0,01	
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02					3	9,75	2,1	13,95	0,17	0,9	0,48	
Итого за Завтрак		360	18,79	12,34	43,8	363,73	0,07	0,22	2,73	64,01	0,16	150,49	213,9	31,59	142,65	1,39	25,64	7,93	0,02
Обед																			
46/М/ССЖ	Салат из белокочанной капусты с яблоками	30	0,48	1,07	2,02	19,87	0,01	0,02	9,55	160,82		12,76	11,52	6,69	88,66	0,29	0,09	1,1	0,01
89/М/ССЖ	Суп	17	8,44	6,89	9,41	133,28	0,0	0,0	5,08	67,49	0,07	14,63	104,4	22,4	400,24	1,5	1,03	5,97	0,0

	картофельный с мясными фрикадельками, 140/35	5					7	9					2			4			4
299/М/СС Ж	Биточки куриные	60	10,42	7,81	7,13	141,12	0,11	0,09	0,27	1,85	0,01	25,9	100,83	16,88	175,42	0,77	11,23	4,98	0,03
144/М/СС Ж	Картофель и овощи, тушеные в соусе	120	2,62	3,31	18,01	112,62	0,11	0,08	9,3	201,65	0,01	25,43	72,71	29,18	558,9	1,02	0,35	6,62	0,04
355/М/СС Ж	Кисель из кураги, 150/7	150	0,63	0,04	17,8	74,55	0,01	0,02	0,48	69,96		21,81	22,14	12,6	206,25	0,41	0,26	0,41	0,01
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	0,01					2	6,5	1,4	9,3	0,11	0,6	0,32	
	Хлеб ржано-пшеничный	10	0,56	0,11	4,94	23,2	0,01					2,3	10,6	2,5	15,5	0,31	0,55	0,44	
Итого за Обед		555	23,91	19,31	64,23	528,14	0,33	0,3	24,68	501,77	0,09	104,83	328,72	91,65	1454,27	4,45	14,11	19,84	0,13

18 апреля 2025 г. САД

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А(мкг)	Д(мкг)	Са	Р	Мg	К	Fe	Se	I	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак																			
6/М	Масло	7	0,04	5,78	0,06	52,36		0,0		41,3	0,11	0,84	1,33		1,05	0,0	0,07		

	сливочное						1								1				
244/М/СС Ж	Вареники ленивые с соусом кисельным из сухофруктов, 150/50	20 0	21,2 8	10,3 3	34,6 6	318,08	0,0 7	0,2 5	0,31	44,85	0,13	168,5 1	238,1 9	31,27	130,8	0,9 1	29,8 6	9,06	0,0 3
412/М/СС Ж	Чай с сахаром и лимоном, 180/10	18 0	0,15	0,02	10,1 9	42,7		0,0 1	2,45	0,37		5,18	5,44	2,92	22,48	0,4 8	0,02	0,01	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,0 2	0,0 1				4	13	2,8	18,6	0,2 2	1,2	0,64	
Итого за Завтрак		40 7	22,9 9	16,2 9	54,7 5	460,14	0,0 9	0,2 8	2,76	86,52	0,24	178,5 3	257,9 6	36,99	172,88	1,6 2	31,1 5	9,71	0,0 3
Обед																			
46/М/ССЖ	Салат из белокочанной капусты с яблоками	60	0,91	2,13	3,89	38,9	0,0 2	0,0 4	17,7 5	321,5 5		24,08	22,1	12,9	168,32	0,5 6	0,16	2,11	0,0 1
89/М/ССЖ	Суп картофельный с мясными фрикаделькам и, 160/35	19 5	8,79	7,94	10,7 3	149,58	0,0 8	0,1	5,78	79,63	0,07	15,93	111,0 9	24,67	443,77	1,6 4	1,05	6,46	0,0 4
299/М/СС Ж	Биточки куриные	80	11,1 8	9,48	9,25	167,89	0,1 6	0,1	0,34	2,64	0,01	33,38	112,6 9	18,78	189,89	0,8 4	10,3 8	5,74	0,0 4
144/М/СС Ж	Картофель и овощи, тушеные в соусе	15 0	3,28	3,37	22,5 2	133,68	0,1 3	0,1	11,6 2	252,0 6	0,01	31,95	90,91	36,49	698,63	1,2 8	0,44	8,27	0,0 5
355/М/СС	Кисель из	18	0,79	0,05	23,1	96,61	0,0	0,0	0,6	87,45		27,1	27,29	15,75	257,85	0,5	0,33	0,51	0,0

Ж	кураги, 180/10	0					2	3							1			1	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0,01				4	13	2,8	18,6	0,22	1,2	0,64	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,4	0,02	0,01				4,6	21,2	5	31	0,62	1,1	0,88	
Итого за Обед		705	27,59	23,35	89,21	680,06	0,45	0,39	36,09	743,33	0,09	141,04	398,28	116,39	1808,06	5,67	14,66	24,61	0,15