

День: пятница 27.01.2023 Утверждено
 Неделя: первая
 Сезон: зима - весна
 Возрастная категория: от 4 до 7 лет



| Прием пищи | Вес блюда | Пищевые вещества на порцию | | | Энергетическая ценность | № рецепт уры |
|--|-------------|----------------------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|
| | | Белки | Жиры | Углево ды | | |
| | | | | | | |
| Вода питьевая Детская (на весь день), 300мл | | | | | | |
| Завтрак | 200 | 9,68 | 7,92 | 47 | 301,8 | 145 |
| | 45 | 5,93 | 0,45 | 19,38 | 180 | 3 |
| | 180 | 3,94 | 4,36 | 20,75 | 133,38 | 395 |
| Итого за завтрак | 425 | 19,55 | 12,73 | 87,13 | 615,18 | |
| Второй завтрак | 180 | | | 19 | 76 | |
| Итого за второй завтрак | 180 | 0 | 0 | 19 | 76 | |
| | 60 | 60 | 0,5 | 2,1 | 3,4 | 44 |
| | 200 | 2 | 2,22 | 13,6 | 82,6 | 80 |
| Обед | | | | | | |
| | 180 | 15,4 | 15,8 | 26,8 | 317,5 | 92 |
| | 180 | 0,18 | | 18,6 | 72,6 | 179 |
| | 60 | 7,47 | 1,47 | 45,66 | 220,92 | |
| Итого за обед | 680 | 85,05 | 19,99 | 106,76 | 697,02 | |
| | 75 | 5,8 | 6,6 | 37,3 | 235 | 192 |
| | 180 | | | 13,48 | 51,17 | 392 |
| Итого за полдник | 255 | 5,8 | 6,6 | 50,78 | 286,17 | |
| Итого за день | 1540 | 110,4 | 39,32 | 263,67 | 1674,37 | |

День: пятница 27.01.2023 Утверждено
 Неделя: первая
 Сезон: зима - весна
 Возрастная категория: от 1,6 до 3 лет



| Прием пищи | Вес блюда | Пищевые вещества на порцию | | | Энергетическая ценность | № рецепт уры |
|--|-------------|----------------------------|--------------|--------------|-------------------------|--------------|
| | | Белки | Жиры | Углево ды | | |
| | | | | | | |
| Вода питьевая Детская (на весь день), 300мл | | | | | | |
| Завтрак | 150 | 7,26 | 5,94 | 35,25 | 226,35 | 145 |
| | 30 | 3,34 | 4,22 | 9,69 | 90 | 3 |
| | 150 | 3,3 | 3,63 | 17,3 | 111,15 | 178 |
| Итого за завтрак | 330 | 13,9 | 13,79 | 62,24 | 427,5 | |
| Второй завтрак | 150 | | | 19 | 76 | |
| Итого за второй завтрак | 150 | 0 | 0 | 19 | 76 | |
| | 40 | 0,75 | 3 | 4,9 | 59 | 44 |
| | 150 | 1,51 | 1,67 | 10,2 | 61,95 | 80 |
| | 150 | 12,9 | 13,2 | 22,3 | 264,6 | 92 |
| Обед | | | | | | |
| | 150 | 0,12 | | 14,5 | 71,9 | 375 |
| | 55 | 3,37 | 1,17 | 22,62 | 117,34 | |
| Итого за обед | 545 | 18,65 | 19,04 | 74,52 | 574,79 | |
| | 50 | 3,8 | 4,4 | 24,9 | 156,6 | 192 |
| | 150 | | | 11,24 | 42,65 | 392 |
| Итого за полдник | 200 | 3,8 | 4,4 | 36,14 | 199,25 | |
| Итого за день | 1225 | 36,35 | 37,23 | 191,9 | 1277,54 | |