

День: понедельник 13.03.2023 Утверждаю: *Мещ* С.В. Нифонтова  
 Неделя: вторая  
 Сезон: зима - весна  
 Возрастная категория: от 4 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию		Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>						
	Каша молочная жидкая гречневая	200	6,88	7,6	209,28	142
	Бутерброд с маслом	45	1,52	6,58	119	1
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	180	3,94	4,36	133,38	395
<b>Итого за завтрак</b>		<b>425</b>	<b>12,3</b>	<b>18,54</b>	<b>461,66</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	12,7	52,68	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>52,68</b>	
	Салат из свеклы	60	0,86	3,65	56,34	33
	суп с клецками	200	3,2	4	129,48	20
	Бигус с мясом	200	19,4	7,1	197,7	86
	Компот из кураги	180	0,14	17,4	86,3	375
	Хлеб	60	7,47	1,47	220,92	
<b>Итого за обед</b>		<b>700</b>	<b>31,1</b>	<b>16,22</b>	<b>690,74</b>	
Полдник	Печенье	60	4,5	7,08	250,26	
	Чай с сахаром	180			51,17	392
<b>Итого за полдник</b>		<b>240</b>	<b>4,5</b>	<b>7,08</b>	<b>301,43</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1465</b>	<b>48,4</b>	<b>41,84</b>	<b>1506,51</b>	

День: понедельник 13.03.2023 Утверждаю: *Мещ* С.В. Нифонтова  
 Неделя: вторая  
 Сезон: зима - весна  
 Возрастная категория: от 1,6 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
	Каша молочная жидкая гречневая	150	5,16	5,7	21,09	156,96	142
	Бутерброд с маслом	45	1,52	6,58	12,79	119	1
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	150	3,3	3,63	17,3	111,15	395
<b>Итого за завтрак</b>		<b>345</b>	<b>9,98</b>	<b>15,91</b>	<b>51,18</b>	<b>387,11</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	12,7	52,68		
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>12,7</b>	<b>52,68</b>	
	Салат из свеклы	40	0,57	2,43	3,34	37,56	33
	суп с клецками	150	2,4	1,5	7,12	97,11	20
	Бигус с мясом	160	15,52	5,7	10,32	158,16	86
	Компот из кураги	150	0,12	14,5	71,9	375	
	Хлеб	55	3,37	1,17	22,62	117,34	
<b>Итого за обед</b>		<b>555</b>	<b>21,98</b>	<b>8,37</b>	<b>57,9</b>	<b>482,07</b>	
Полдник	Печенье	40	3	3,94	24,96	139,04	
	Чай с сахаром	150			11,24	42,65	392
<b>Итого за полдник</b>		<b>190</b>	<b>3</b>	<b>3,94</b>	<b>36,2</b>	<b>181,69</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1190</b>	<b>35,46</b>	<b>28,22</b>	<b>158</b>	<b>1103,55</b>	