

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества	
			Б	Ж
<b>4 день(четверг)</b>				
<b>ЗАВТРАК</b>	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,55	7,00
<b>ЗАВТРАК</b>	Чай с сахаром	170	10,20	2,60
<b>ЗАВТРАК</b>	Бутерброды с маслом	20	1,22	3,78
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>440</b>	<b>18,97</b>	<b>13,38</b>
<b>10:00</b>	Кисломолочный напиток (кефир, снежок, йогурт, варенец, ряженка)	180	9,00	5,76
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>180</b>	<b>9,00</b>	<b>5,76</b>
<b>ОБЕД</b>	Рассольник на мясном бульоне со сметаной	200	3,38	1,90
<b>ОБЕД</b>	Картофельное пюре	150	3,15	6,60
<b>ОБЕД</b>	Рыба, запеченная в омлете	80	14,17	3,86
<b>ОБЕД</b>	Салат из морской капусты с растительным маслом	45	0,38	3,22
<b>ОБЕД</b>	Кисель из плодов или ягод свежих	200	0,14	0,04
<b>ОБЕД</b>	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>775</b>	<b>28,82</b>	<b>16,42</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Пудинг рисовый, манный, пшеничный	230	7,94	12,33
<b>ПОЛДНИК</b>	Соус сметанный	30	0,48	4,02
<b>ПОЛДНИК</b>	Чай с лимоном	197/10/7	0,12	0,02
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>457</b>	<b>8,54</b>	<b>16,37</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1852</b>	<b>65,33</b>	<b>51,93</b>
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1852</b>	<b>65,33</b>	<b>51,93</b>
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1852</b>	<b>65,33</b>	<b>51,93</b>
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			<b>15,36</b>	<b>27,47</b>

гва, г	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
у			
22,80	184,5	1,125	93
11,05	41,89	5,1	136
7,31	68	0	1.1
<b>41,16</b>	<b>294,39</b>	<b>6,225</b>	
15,30	156,6	1,08	536
<b>15,30</b>	<b>156,6</b>	<b>1,08</b>	
12,24	94,74	7,3	34
16,35	138	5,1	434
2,57	102	0,816	249
2,15	38,91	1,445	18
27,48	110,8	1,84	378.1
49,20	235	0	114
<b>109,99</b>	<b>719,45</b>	<b>16,501</b>	
75,81	446,2	0,161	195
1,49	44,04	0,024	367
10,20	41	0,041	393
<b>87,50</b>	<b>531,24</b>	<b>0,226</b>	
<b>253,95</b>	<b>1701,68</b>	<b>24,032</b>	
<b>253,95</b>	<b>1701,68</b>	<b>24,032</b>	
<b>253,95</b>	<b>1701,68</b>	<b>24,032</b>	
<b>59,69</b>	<b>1701,68</b>	<b>5,65</b>	