

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества	
			Б	Ж
<b>1 день(понедельник)</b>				
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша манная молочная жидкая	200	6,20	7,46
<b>ЗАВТРАК</b>	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	1,69	1,47
<b>ЗАВТРАК</b>	Бутерброды с маслом	20	1,22	3,78
<b>ЗАВТРАК</b>	Сыр (порциями)	15	3,48	4,42
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>385</b>	<b>12,59</b>	<b>17,13</b>
<b>10:00</b>	Кисломолочный напиток (кефир, снежок, йогурт, варенец, ряженка)	180	5,22	4,50
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>180</b>	<b>5,22</b>	<b>4,50</b>
<b>ОБЕД</b>	Свекольник со сметаной	200	1,80	4,40
<b>ОБЕД</b>	Плов из отварной говядины	70	5,29	5,21
<b>ОБЕД</b>	Салат витаминный	45	0,50	4,55
<b>ОБЕД</b>	Компот из смеси сухофруктов	180	0,45	0,00
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>495</b>	<b>8,04</b>	<b>14,16</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Блины	75/5	5,60	10,70
<b>ПОЛДНИК</b>	Яблоки свежие	100	0,40	0,40
<b>ПОЛДНИК</b>	Молоко сгущенное	1000	72,00	85,00
<b>ПОЛДНИК</b>	Компот из свежемороженых ягод	180	0,18	0,07
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>1355</b>	<b>78,18</b>	<b>96,17</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2415</b>	<b>104,03</b>	<b>131,96</b>
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>2415</b>	<b>104,03</b>	<b>131,96</b>
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>2415</b>	<b>104,03</b>	<b>131,96</b>
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			<b>9,18</b>	<b>26,21</b>

гва, г	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
у			
30,86	215,4	1,38	268
25,20	120,38	1,125	432
7,31	68	0	1.1
0,00	54	0,105	7
<b>63,37</b>	<b>457,78</b>	<b>2,61</b>	
7,56	92	0,54	401.3
<b>7,56</b>	<b>92</b>	<b>0,54</b>	
13,80	92	5,4	5/2
13,78	123,2	0,112	375
4,77	62,1	6,93	5
24,30	99	0,45	527
<b>56,65</b>	<b>376,3</b>	<b>12,892</b>	
24,60	218	0,056	164
9,80	44	10	368
555,00	3280	10	490
15,68	62,5	36	127
<b>605,08</b>	<b>3604,5</b>	<b>56,056</b>	
<b>732,66</b>	<b>4530,58</b>	<b>72,098</b>	
<b>732,66</b>	<b>4530,58</b>	<b>72,098</b>	
<b>732,66</b>	<b>4530,58</b>	<b>72,098</b>	
<b>64,69</b>	<b>4530,58</b>	<b>6,37</b>	