

Категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества	
			Б	Ж
4 день(четверг)				
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,04	5,60
ЗАВТРАК	Чай с сахаром	170	10,20	2,60
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом	20	1,22	3,78
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		390	17,46	11,98
10:00	Кисломолочный напиток (кефир, снежок, йогурт, варенец, ряженка)	180	9,00	5,76
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		180	9,00	5,76
ОБЕД	Рассольник на мясном бульоне со сметаной	200	3,38	1,90
ОБЕД	Картофельное пюре	150	3,15	6,60
ОБЕД	Рыба, запеченная в омлете	60	10,63	2,89
ОБЕД	Салат из морской капусты с растительным маслом	45	0,38	3,22
ОБЕД	Кисель из плодов или ягод свежих	180	0,13	0,04
ОБЕД	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		735	25,27	15,45
ПОЛДНИК	Пудинг рисовый, манный, пшеничный	165	5,69	8,84
ПОЛДНИК	Соус сметанный	15	0,24	2,01
ПОЛДНИК	Чай с лимоном	160/7/3	0,10	0,02
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		340	6,03	10,87
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1645	57,76	44,06
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1645	57,76	44,06
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1645	57,76	44,06
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			15,69	26,93

гва, г	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
у			
18,24	147,6	0,9	93
11,05	41,89	5,1	136
7,31	68	0	1.1
36,60	257,49	6	
15,30	156,6	1,08	536
15,30	156,6	1,08	
12,24	94,74	7,3	34
16,35	138	5,1	434
1,93	76,5	0,612	249
2,15	38,91	1,445	18
24,73	99,72	1,656	378.1
49,20	235	0	114
106,60	682,87	16,113	
54,38	320,1	0,116	195
0,75	22,02	0,012	367
8,29	33,3	0,11	393
63,42	375,42	0,238	
221,92	1472,38	23,431	
221,92	1472,38	23,431	
221,92	1472,38	23,431	
60,29	1472,38	6,37	