

Категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества	
			Б	Ж
5 день(пятница)				
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная жидкая	150	5,24	7,82
ЗАВТРАК	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	1,69	1,47
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом	20	1,22	3,78
ЗАВТРАК	Сыр (порциями)	10	2,32	2,95
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		330	10,47	16,02
10:00	Кисломолочный напиток (кефир, снежок, йогурт, варенец, ряженка)	180	5,22	4,50
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		180	5,22	4,50
ОБЕД	Суп картофельный с крупой	200	2,00	2,24
ОБЕД	Пельмени мясные (полуфабрикат)	70	8,08	3,54
ОБЕД	Салат из свеклы с черносливом, орехами и чесноком	45	1,44	7,70
ОБЕД	Напиток из шиповника	180	0,63	0,27
ОБЕД	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		595	19,75	14,55
ПОЛДНИК	Зразы из творога с изюмом	65	9,67	6,62
ПОЛДНИК	Соус яблочный	15	0,01	0,01
ПОЛДНИК	Чай с сахаром	170	10,20	2,60
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		250	19,88	9,23
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1355	55,32	44,30
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1355	55,32	44,30
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1355	55,32	44,30
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			16,52	29,76

гва, г	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
у			
18,75	166,79	0,675	66
25,20	120,38	1,125	432
7,31	68	0	1.1
0,00	36	0,07	7
51,26	391,17	1,87	
7,20	90	1,26	535
7,20	90	1,26	
13,60	82,6	6,6	80
14,62	122,57	0,147	439
5,85	98,55	2,25	60
20,52	87,3	63	538
49,20	235	0	114
103,79	626,02	71,997	
20,40	180,05	0,111	241
2,55	10,4	0,135	362
11,05	41,89	5,1	136
34,00	232,34	5,346	
196,25	1339,53	80,473	
196,25	1339,53	80,473	
196,25	1339,53	80,473	
58,60	1339,53	24,03	