

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества	
			Б	Ж
<b>7 день(вторник)</b>				
<b>ЗАВТРАК</b>	Макароны отварные с сыром	200	11,16	10,28
<b>ЗАВТРАК</b>	Чай с сахаром	170	10,20	2,60
<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>405</b>	<b>26,06</b>	<b>21,08</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>	Уха с крупой	200	5,20	1,98
<b>ОБЕД</b>	Рулет из мяса говядины с яйцом (паровой)	85	11,99	14,28
<b>ОБЕД</b>	Винегрет овощной	60	0,81	3,70
<b>ОБЕД</b>	Компот из смеси сухофруктов	180	0,45	0,00
<b>ОБЕД</b>	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>625</b>	<b>26,05</b>	<b>20,76</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Запеканка из творога	130	22,80	15,67
<b>ПОЛДНИК</b>	Соус молочный (сладкий)	30	0,58	1,36
<b>ПОЛДНИК</b>	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	1,69	1,47
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>310</b>	<b>25,07</b>	<b>18,50</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1520</b>	<b>86,18</b>	<b>66,10</b>
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1520</b>	<b>86,18</b>	<b>66,10</b>
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1520</b>	<b>86,18</b>	<b>66,10</b>
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			<b>20,02</b>	<b>34,55</b>

гва, г	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
у			
31,78	264	0,14	206
11,05	41,89	5,1	136
7,31	68	0	1.1
0,00	54	0,105	7
<b>50,14</b>	<b>427,89</b>	<b>5,345</b>	
15,30	156,6	1,08	536
<b>15,30</b>	<b>156,6</b>	<b>1,08</b>	
11,50	84,6	7,08	158
3,91	192,1	0	29/8
4,61	54,96	7,95	45
24,30	99	0,45	527
49,20	235	0	114
<b>93,52</b>	<b>665,66</b>	<b>15,48</b>	
22,29	321,1	0,312	237
3,98	30,45	0,096	351
25,20	120,38	1,125	432
<b>51,47</b>	<b>471,93</b>	<b>1,533</b>	
<b>210,43</b>	<b>1722,08</b>	<b>23,438</b>	
<b>210,43</b>	<b>1722,08</b>	<b>23,438</b>	
<b>210,43</b>	<b>1722,08</b>	<b>23,438</b>	
<b>48,88</b>	<b>1722,08</b>	<b>5,44</b>	