

День: понедельник 30.10.2023

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 1,5 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Каша молочная Дружба	150/4;200/5	4,6-6,2	6,4-8,6	24,3-32,4	174-232	134
	Бутерброд с маслом	25/4-30/5	1,98-2,4	3,64-4,4	12,01-14,5	90-109	1
	Какао с молоком сахаром	180/200	3,24-3,6	3,24-3,6	1,6-18,3	10,53-117	223
		363-440	9,82-12,2	13,3;16,6	37,91-65,2	274,53-458	
<b>Итого за завтрак</b>							
Второй завтрак	Сок фруктовый для детского питания	150	0,75	0	19,05	79,02	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0</b>	<b>19,05</b>	<b>79,02</b>	
Обед	Салат из свежих огурцов	40/60	0,3-0,5	1,8-2,7	1,2-1,8	22-33	16
	Свекольник	150/200	1,4-1,9	3,4-4,5	9,1-12,1	72-96	28
	Фрикадельки из курицы	50/3-60/3	6,9-8,2	7,5-9,0	3,7-4,4	111-131	21
	Пюре картофельное	120/150	2,48-3,1	3,68-4,6	16,88-21,1	108,8-136	24
	Компот из кураги	180/200	2,16-2,4	0,09-0,1	37,26-41,4	154-171	204
	Хлеб	40-60	3,16-4,74	0,4-0,6	19,32-28,98	95,2-142,8	
<b>Итого за обед</b>		<b>583-733</b>	<b>16,4-20,84</b>	<b>16,87;21,5</b>	<b>87,46-109,8</b>	<b>563-709,8</b>	
Полдник	Омлет натуральный	60/4-75/5	5,3-6,63	8,7-10,87	0,9-0,11	103-128,8	152
	хлеб	25-30	1,98-2,37	0,25-0,3	12,08-14,5	59,5-71,4	
	Чай с сахаром	180/200	0,0-0,0	0,0-0,0	12,7-13,3	49-51	194
<b>Итого за полдник</b>		<b>269-310</b>	<b>7,28-9,0</b>	<b>8,95;11,17</b>	<b>25,68-27,91</b>	<b>211,5-251,2</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1365-1633</b>	<b>34,25;42,79</b>	<b>39,1-49,3</b>	<b>170-222</b>	<b>1128-1498</b>	