

День: вторник 31.10.2023

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 1,6 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							
Завтрак	Суп молочный с макаронами	150/4-200/5	2,7-3,6	8,6-11,5	24,3-32,4	72-96	18
	Бутерброд с маслом. сыром	25/5/10-30/5/10	6,0-6,7	8,5-9,6	11,7-13,2	148-167	2
	Кофейный напиток на молоке	180-200	2,7-3,0	2,79-3,1	16,1-17,9	98,1-109	197
Итого за завтрак		374/450	11,4/13,3	19,89/24,2	52,1/63,5	318,1/372	
Второй завтрак	Сок фруктовый для детского питания	150	0,75	0	19,05	79,02	
Итого за второй завтрак		150	0,75	0	19,05	79,02	
Обед	Салат из свежей моркови	40-60	0,4-0,6	1,8-2,7	5,8-8,7	40-60	10
	Суп – пюре из овощей	150-200	3,5-4,7	6,0-8,0	9,9-13,2	108-144	68
	Запеканка рисовая с курой	120-150	12,24-15,3	14,56-18,2	22,72-28,4	273-341	100
	Компот из с/ фруктов	180-200	2,16-0,92	0,09-0,05	37,26-26,61	154-105,36	97
	Хлеб	40-60	3,16-4,74	0,4-0,6	19,32-28,98	95,2-142,8	
Итого за обед		530/670	21,46/26,26	22,85/29,55	95/105,89	670,2/793,16	
Полдник	Булочка сдобная	60-70	4,4-5,2	4,6-5,32	28,68-33,46	174-203	186
	Молоко кипячённое	180-200	5,22-5,8	5,85-6,5	8,1-9,0	104-116	193
Итого за полдник		240/270	9,62/11,0	10,45/11,82	36,78/42,46	278/319	
Итого за день		1294/1540	43,23/51,31	53,19/65,57	201,93/230,9	1345,32/1563,18	