

День: четверг 09.11.2023

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	Суп молочный с рисом	150-200	2,6-3,5	3,3-4,4	10,9-14,5	83-111	161
	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	16,47-18,3	105,3-117	693
<b>Итого за завтрак</b>		<b>359-435</b>	<b>7,82-9,5</b>	<b>10,18-12,4</b>	<b>39,38-47,3</b>	<b>278,3-477</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 свежей капусты	40-60	0,8-1,2	1,8-2,7	3,7-5,5	34-51	43
	Суп картофельный с бобовыми	150-200	4,0-5,4	2,5-3,3	11,7-15,6	86-115	139
	Котлета рубленая	60-70	12,12-14,14	14,9-17,37	7,69-8,98	214,5-249,9	205
	Макаронные изделия отварные	120/4-150/5	4,4-5,5	3,4-4,2	26,7-33,3	157-196	332
	Компот из свежих яблок	180-200	0,18-0,2	0,01-0,01	15,48-17,2	61,2-68	631
	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>594-745</b>	<b>24,7-31,18</b>	<b>23,01-28,2</b>	<b>84,6-105,56</b>	<b>647,9-822,7</b>	
Полдник	Омлет натуральный	60/4-90/5	5,3-7,9	8,7-12,4	0,9-1,3	103-148	340
	Чай с сахаром	180-200	0,0-0,0	0,0-0,0	12,7-13,3	49-51	194
	хлеб	20-30	1,98-2,37	0,25-0,3	12,08-14,5	59,5-71,4	
<b>Итого за полдник</b>		<b>264-325</b>	<b>7,28-10,27</b>	<b>8,95-12,7</b>	<b>25,68-29,1</b>	<b>211,5-270,4</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1367-1655</b>	<b>40,55-51,7</b>	<b>42,14-53,3</b>	<b>168,7-201</b>	<b>1216,7-1649</b>	