День: четверг 30.11.2023
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		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							
Завтрак	Каша манная молочная с маслом	150/4-200/5	4,5-6,0	6,1-8,2	22,0-29,3	161-215	132
	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
Итого за завтрак		**363-440**	**9,72-12,0**	**12,98-16,2**	**50,21-62,1**	**356,3-441**	
Второй завтрак	Сок натуральный фруктовый	80-100	0,4-0,5	0-0	10,16-12,7	42,24-52,8	пр
Итого за второй завтрак		**80-100**	**0,4-0,5**	**0-0**	**10,16-12,7**	**42,24-52,8**	
Обед	Салат из свёклы с растительным маслом	40-60	0,5-0,8	3,0-4,0	2,4-3,6	38-57	64
	Суп картофельный с крупой	150/200	1,6 -2,1	1,6-2,1	11,6-15,5	68-90	138
	Рыба припущенная	60- 80	14,1-18,8	4,2-5,6	0,3-0,4	95-127	371
	Пюре картофельное	120-150	2,8-3,5	3,8-4,8	11,8-14,7	94-117	520
	Кисель плодово- ягодный	150-200	0,0-0,0	0,0-0,0	7,5-10,0	89-119	648
	Хлеб	40-60	3,16-4,74	0,4-0,6	19,32-28,98	95,2-142,8	
Итого за обед		**560-750**	**22,16-29,9**	**13,0-17,1**	**52,9-73,18**	**479,2-652,8**	
Полдник	Палочки творожные	70-80	19,3-22,0	14,0-16,0	24,2-27,7	302-345	94
	Отвар шиповника	180-200	0,5-0,6	0,0-0,0	14,1-15,7	75,7-68,1	182
Итого за полдник		**250-280**	**19,8-22,6**	**14,0-16,0**	**38,3-43,4**	**377,7-413,1**	
Итого за день		**1253-1570**	**52,1-65,0**	**39,98-49,3**	**151,6-191,4**	**1255-1560**	