

День: четверг 08.02.2024

Сезон: зима - весна

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 рисовая молочная с маслом	150/4-200/5	3,8-5,0	6,1-8,2	22,7-30,3	161-215	311
	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>363-440</b>	<b>9,0-11,0</b>	<b>12,98-16,2</b>	<b>51,18-63,1</b>	<b>356,3-441</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый для детского питания	150	0,75	0	19,05	79,02	пр
<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 моркови	40-60	0,4-0,6	1,8-2,7	5,8-8,7	40-60	10
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150-200	1,6-2,2	1,6-2,1	11,3-15,1	67-89	140
	Биточки рыбные	50- 75	7,4-11,2	5,7-8,5	6,4-9,7	107-161	388
	Пюре картофельное	120-150	2,8-3,5	3,8-4,8	11,8-14,7	94-117	520
	Компот из кураги	180-200	0,8-1,0	0,04-0,05	18,5-22,6	75-91	58
	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>580-745</b>	<b>16,16-23,24</b>	<b>13,3-18,75</b>	<b>73,12-99,8</b>	<b>478,2-660,8</b>	
Полдник	Запеканка из творога со сгущённым молоком	120/10-150/20	21-27	14,9-19,5	26,5-34,6	324-424	366
	Чай с сахаром	180-200	1,35-1,5	1,44-1,6	10,08-11,2	57-63	194
<b>Итого за полдник</b>		<b>310-370</b>	<b>22,4-28,5</b>	<b>16,3-21,1</b>	<b>36,6-45,8</b>	<b>381-487</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1403-1705</b>	<b>48,31-63,49</b>	<b>42,6-56,05</b>	<b>179,9-228,2</b>	<b>1295-1668</b>	

