

День: вторник 24.06.2025

Сезон: весна- лето

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 ячневая молочная с маслом	150/4-200/5	5,3-7,1	6,1-8,2	27,8-37,0	188-251	85
	Бутерброд с маслом	25/4-30/5	1,98-2,4	3,64-4,4	12,01-14,5	90-109	1
	Кофейный напиток на молоке	180-200	2,52-2,8	2,79-3,1	12,96-14,4	84,6-94	50
<b>Итого за завтрак</b>		<b>362-440</b>	<b>9,8-12,3</b>	<b>12,53-15,7</b>	<b>52,77-65,9</b>	<b>363-454</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 бобовыми	150-200	4,0-5,4	2,5-3,3	11,7-15,6	86-115	139
	Биточки рыбные	50-75	7,4-11,2	5,7-8,5	6,4-9,7	107-161	388
	Рис рассыпчатый	120/4-150/5	2,7-3,4	3,5-4,4	25,6-32,0	148-184	297
	Хлеб	40-60	3,16-4,74	0,4-0,6	19,32-28,98	95-142	пр
	Компот из сухофруктов	180-200	0,8-0,9	0,05-0,05	29,94-26,6	95-105	205
<b>Итого за обед</b>		<b>584-750</b>	<b>18,46-26,24</b>	<b>13,95-19,5</b>	<b>98,7-121,5</b>	<b>571-767</b>	
Полдник	Пряник	15-20	0,83-1,11	0,62-0,83	10,24-13,65	47,8-63,7	пр
	Чай с молоком сахаром	180-200	1,26-1,4	1,44-1,6	14,22-15,8	72-80	195
<b>Итого за полдник</b>		<b>195-220</b>	<b>2,09-2,51</b>	<b>2,06-2,43</b>	<b>24,46-29,45</b>	<b>119- 143</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1291 -1560</b>	<b>31,1-41,8</b>	<b>28,54-37,6</b>	<b>194,9-235,9</b>	<b>1132-1443</b>	

