

День 8

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Категория: дети 3-7 лет						Категория: дети 1-3 лет						Энергетическая ценность, ккал
		Масса порции, г		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Масса порции, г		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал			
				белки	жиры				углеводы	белки		жиры	углеводы	
	Завтрак													
121	Суп молочный с пшеном	200/5	4,74	4,26		16,66	124,52	150/4	4,47	8,45		31,67		221,68
394	Чай с сахаром	180	0,06	0,02		9,99	40	150	0,04	0,01		6,99		28
	Хлеб пшеничный	40	2,04	6,29		12,18	113,3	20	1,63	5,03		9,74		90,66
	Масло сливочное	10	0,08	8,24		0,08	74,8	5	0,04	4,94		0,04		44,88
	Итого	435	6,92	18,81		38,91	352,62	329	6,18	18,43		48,44		385,22
	2 Завтрак													
	Сок фруктовый	100	0,51	0		10,11	42,67	100	0,51	0		10,11		42,67
	Обед													
81	Рассольник "Ленинградский"	200	6,55	5,97		16,58	134,89	180	3,62	3,58		7,99		81,87
	Плов из птицы	210	25,85	20,23		39,74	467,5	180	22,16	17,34		34,06		400,71
	Компот из яблок	180	0,4	0,02		24,99	101,7	150	0,33	0,02		20,83		84,75
	Хлеб пшеничный	30	2,04	6,29		12,18	113,3	25	1,63	5,03		9,74		90,66
	Хлеб ржаной	25	2,45	7,55		14,62	136	20	2,04	6,29		12,18		113,3
	Итого	645	37,29	40,06		108,11	953,39	555	29,78	32,26		84,8		771,29
	Полдник													
379	Кофейный напиток с молоком.	180	3,6	2,7		28,4	152	150	1,05	0,94		16,76		76,35
1312	Пирожки печеные с картофелем(кондитерские изделия)	70	4,1	3,2		23,8	140	50	2,92	2,28		17		100
	Итого	250	7,7	5,9		52,2	292	200	3,97	3,22		33,76		176,35
	Всего за день	770	52,42	64,77		209,33	1640,68	1184	40,44	53,91		177,11		1375,53