

День 6											
№ реч.	Дирёкч пиши, наивчнование блюда	Категория: дети 3-7 лет					Категория: дети 1-3 лет				
		Масса порций,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы			белки	жиры	углеводы	
Завтрак											
229/2016	Омлет натуральны	120	15,92	28,27	3	329,54	80	13,8	24,5	2,6	285,6
57 /2016	Консервы овощные закусочные пюре кабачковая (порции)	50	2,78	11,4	16,7	181,74	30	2,41	9,88	14,47	157,51
412/2016	Чай с сахаром лимонм	200/12/7	0,06	0,02	9,99	40	180/9/4	0,04	0,01	6,99	28
г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,20	20	1,32	0,24	6,84	36,20
г/п	Хлеб пшеничный	30	3,08	4,4	19,92	104,8	20	1,54	2,2	9,96	52,4
6/2016	Масло сливочное марк 72,5%	10	0,08	8,24	0,08	74,8	5	0,04	4,94	0,04	44,88
	Итого	430	23,24	52,57	56,53	767,08	335	19,15	41,77	40,9	604,59
	2 завтрак										
418/2016	Сок фруктовый	100	0,51	0	10,11	42,67	100	0,51	0	10,11	42,67
	Обед										
86/2016	Суп картофельныкх рисовой крупой	200	0,92	1,33	5,26	37,38	180	1,1	1,85	7,22	46,91
319/2016	Птица тушенная в соусе с овощами	250/80	13,76	3,5	10,31	128,82	210/60	9,83	2,5	7,37	92,01
394/2016	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,02	24,99	101,7	180	0,33	0,02	20,83	84,75
г/п	Хлеб пшеничный	30	2,31	3,3	14,94	78,6	25	1,925	2,75	12,45	65,5
г/п	Хлеб ржаной	30	1,08	0,36	10,26	54,3	25	1,65	0,3	8,55	45,25
	Итого	710	19,37	8,51	65,76	400,8	620	14,835	7,42	56,42	334,42
	Полдник										
410/2016	Кондитерские изделия(пирожк)	50	2,8	11	33,95	237,5	30	1,68	6,6	20,37	142,5
414/2016	Кофейный напиток с молоком	200	3,6	2,7	28,4	152	180	1,05	0,94	16,76	76,35
	Итого	250	69,83	93,49	268,94	2104,65	210	53,95	70,6	208,05	1620,08
	Всего за день	1490	112,95	154,57	401,34	3315,2	1265	88,445	119,79	315,48	2601,76