

День 8											
№ рел.	Принём пищи, наименование блюда	Категория: дети 3-7 лет					Категория: дети 1-3 лет				
		Масса порции,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак										
101/2016	Суп молочный с пшениной крупный и маком сливочным	200/5	4,74	4,26	16,66	124,52	150/4	4,47	8,45	31,67	221,68
411/2016	Чай с сахаром	200/12	0,06	0,02	9,99	40	180/9	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 мж 72,5%	10	0,08	8,24	0,08	74,8	5	0,04	4,94	0,04	44,88
	Итого	460	9,38	17,16	53,49	380,32	375	7,41	15,84	55,5	383,16
	2 завтрак										
418/2016	Сок фруктовый	100	0,51	0	10,11	42,67	100	0,51	0	10,11	42,67
	Обед										
63/2016	Борщ с капустой и картофелем	200	1,82	4,91	12,74	102,5	180	1,09	2,95	7,64	61,5
321/2016	Плов из птицы	220/70	25,85	20,23	39,74	467,5	190/60	22,16	17,34	34,06	400,71
36/2016	Салата тушеная	60	2,26	1,52	11,26	168,45	40	1,05	0,84	4,75	62,67
390 /2016	Компот из свежих плодов (яблоки)	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	1,98	0,36	10,26	54,3	25	1,65	0,3	8,55	45,25
	Итого	740	34,62	30,34	113,93	973,05	640	28,205	24,2	88,28	720,38
	Полдник										
г/п	Кондитерские изделия (печенье)	50	2,8	11	33,95	237,5	30	1,68	6,6	20,37	142,5
416/2016	Какао с молоком	200	3,15	2,72	12,96	89	180	3,15	2,72	12,96	89
	Итого	250	2,8	11	33,95	237,5	210	1,68	6,6	20,37	142,5
	Всего за день,	1550	47,21	58,5	211,48	1633,54	1325	37,805	46,64	174,26	1288,71