

День 1	Категория: Дети 3-7 лет							Категория: Дети 1-3 лет						
№ рсц.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал			
			белки	жиры	углеводы			белки	жиры	углеводы				
Завтрак														
181/2017	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	200/5	4,52	4,07	30,57	177	150/4	3,4	3,96	22,94	141			
411/2016	Чай с сахаром	200/12	0,06	0,02	9,99	40	180/9	0,04	0,01	6,99	28			
т/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,20	20	1,32	0,24	6,84	36,20			
г/д	Хлеб пшеничный	30	3,08	4,4	19,92	104,8	20	1,54	2,2	9,96	52,4			
6/2016	Мясо свиное мкг 72,5%	10	0,08	8,24	0,08	74,8	5	0,04	4,94	0,04	44,88			
	Итого	460	9,06	16,97	67,4	432,8	375	6,34	11,35	46,77	302,48			
	2 Завтрак													
418/2016	Сок фруктовый	100	0,51	0	10,11	42,67	100	0,41	0	10,11	42,67			
	Обед													
86/2016	Суп картофельный с рисовой крупой	200	0,92	1,33	5,26	37,38	180	1,1	1,85	7,22	46,91			
219/2016	Макаронные изделия (тварные с маслом сливочным)	150/5	5,52	4,52	26,45	168,45	130/4	4,4	3,61	21,15	134,76			
246/2017	Пудинг из муки пшеницы (пышленок-брийлер)	120/70	20,63	16,3	5,24	250	100/60	15,42	12,41	3,96	189			
390 /2016	Компот из свежих яблок	200	0,4	0,02	24,99	101,7	180	0,33	0,02	20,83	84,75			
т/п	Хлеб пшеничный	30	2,31	3,3	14,94	78,6	25	1,925	2,75	12,45	65,5			
т/п	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,26	54,3	25	1,65	0,3	8,55	45,25			
	Итого	730	30,84	24,5	81,88	653,05	640	23,725	19,09	66,94	519,26			
	Полдник													
т/п	Кондитерские изделия (упыник)	50	2,8	11	33,95	237,5	30	2,8	11	33,95	237,5			
416/2016	Каша с молоком	200	3,15	2,72	12,96	89	180	3,15	2,72	12,96	89			
	Итого	250	79,51	91,2	317,31	2312,25	230	61,14	69,77	255,76	1829,56			
	Всего за день	1540	119,92	132,67	476,7	3440,77	1345	91,715	100,21	379,58	2693,97			