

День 1	Категория: дети (от 7 до 12 лет)										Категория: дети (12 лет и старше)				
№ рец.	Прием 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															
182 2017	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы с маслом сливочным м.д.ж.72,5%	200,7	4,70	11,52	17,09	215,43	250,7	4,85	12,50	18,30	235,10				
14 2017	Масло сливочное "Крестьянское" м.д.ж.72,5% (порциями)	10	0,10	7,25	0,13	66,10	10	0,10	7,25	0,13	66,10				
15 2017	Сыр "Российский" (порциями)	10	2,30	2,90	0,00	36,00	10	2,30	2,90	0,00	36,00				
377 2017	Чай с сахаром и лимоном	200,7	0,10	0,00	15,20	60,00	200,7	0,10	0,00	15,20	60,00				
г/п	Хлеб пшеничный	40	4,41	3,20	19,92	104,80	40	4,41	3,20	19,92	104,80				
г/п	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,26	54,30	30	1,98	0,36	10,26	54,30				
	Итого	504	13,60	25,23	62,60	536,63	554	13,74	26,21	63,81	556,30				
	Обед														
108 2017	Суп картофельный с клецками	250	2,52	2,95	19,85	116,70	250	2,52	2,95	19,85	116,70				
295 2017	Котлета рубленая из птицы	90	19,46	4,94	14,78	182,93	100	21,01	5,12	15,10	196,10				
171 2017	Каша рассыпчатая гречневая с маслом сливочным м.д.ж.72,5%	150	10,33	7,78	50,92	320,97	180	10,33	7,78	50,92	320,97				
349 2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	19,98	104,00	200	0,00	0,00	19,98	104,00				
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,40	24,90	131,00	50	3,85	5,40	24,90	131,00				
г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,20	20	1,32	0,24	6,84	36,20				
71/2017	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,60	0,20	4,20	19,90	100	0,75	0,23	4,35	20,09				
	Итого	820	38,08	21,51	141,47	911,70	900	39,78	21,72	141,94	925,06				
	Всего за день	1324	51,68	46,74	204,07	1448,33	1454,00	53,53	47,93	205,75	1481,36				