

День 10	Категория: дети (младшие)										Категория: дети (старшие)			
	№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Масса порций, г	Энергетическая ценность, ккал			Масса порций, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы		белки	жиры	углеводы		белки	жиры	углеводы	
		Завтрак												
173/2005		Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом сливочным м.д.ж. 72,5%	200,7	7,64	13,18	32,86	281,04	8,79	15,15	37,79				323,20
14/2017		Масло сливочное "Крестьянское" м.д.ж. 72,5% (порциями)	10	0,10	7,25	0,13	66,10	0,10	7,25	0,13				66,10
15/2017		Сыр "Российский" (порциями)	10	2,30	2,90	0,00	36,00	2,30	2,90	0,00				36,00
389/2017		Сок фруктовый яблочный	200	0,00	0,20	20,20	92,00	0,00	0,20	20,20				92,00
г/п		Хлеб пшеничный	30	3,31	2,40	14,94	78,60	3,31	2,40	14,94				78,60
г/п		Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,20	1,32	0,24	6,84				36,20
г/п		Пряник ванильный	60	7,64	1,00	57,83	221,79	7,64	1,00	57,83				221,79
		Итого	537	22,31	27,17	132,80	811,73	23,46	29,14	137,73				853,88
		Обед												
102/2017		Суп картофельный с бобовыми	250	4,39	5,64	20,61	151,05	4,39	5,64	20,61				151,05
295/2017		Котлета рубленая из птицы с соусом сметанно-томатным	90/50	19,64	4,99	14,82	183,01	21,82	5,54	16,47				203,34
202/2017		Макаронные изделия отварные с маслом сливочным м.д.ж. 72,5%	150	6,38	5,02	42,80	246,24	6,38	5,02	42,80				246,24
349/2017		Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	19,98	104,00	0,00	0,00	19,98				104,00
г/п		Хлеб пшеничный	50	3,85	5,40	24,90	131,00	3,85	5,40	24,90				131,00
г/п		Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,20	1,32	0,24	6,84				36,20
71/2017		Овощи натуральные свежие (огурец)	60	0,63	0,21	4,41	20,90	0,72	0,25	4,62				21,82
		Итого	870	36,21	21,50	134,37	872,40	38,48	22,10	136,22				893,66
		Всего за день	1407	58,51	48,67	267,16	1684,12	61,93	51,24	273,95				1747,54
		Всего за 10 дней	13819	568,40	590,02	2223,02	16087,13	588,70	600,02	2238,47				16290,82
		Среднее за 10 дней	1382	56,84	59,00	222,30	1608,71	58,87	60,00	223,85				1629,08