

День 9	Категория: дети (малыше)										Категория: дети (старшие)				
	№ п/п	Приём пищи, наименование блюда	Масса порций,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порций,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал			
				белки	жиры	углеводы			белки	жиры	углеводы				
		Завтрак													
210/2017		Омлет натуральный с маслом сливочным м.д.ж. 72,5%	106/7	11,00	20,31	1,59	235,54	106/7	11,00	20,31	1,59	235,54			
73/2017		Консервы овощные закусочные (пюре кабачковая (порции))	60	1,90	8,90	7,70	119,00	100	1,95	8,92	7,72	119,50			
	г/п	Хлеб пшеничный	30	3,31	2,40	14,94	78,60	30	3,31	2,40	14,94	78,60			
	г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,20	20	1,32	0,24	6,84	36,20			
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	Фрукты свежие (яблоко) калиброванное	1 шт./100	0,60	0,60	14,70	70,50	1 шт./100	0,60	0,60	14,70	70,50			
		Итого	530	18,23	32,45	60,97	599,84	570	18,28	32,47	60,99	600,34			
		Обед													
101/2017		Суп с рисовой крупой	250	2,38	5,30	17,19	126,55	250	2,38	5,30	17,19	126,55			
290/2017		Птица, тушенная в соусе	90/50	27,02	27,86	3,16	372,36	100/50	27,02	27,86	3,16	372,36			
302/2017		Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным м.д.ж. 72,5%	150	8,88	4,35	51,06	271,12	180	8,88	4,35	51,06	271,12			
358/2017		Кисель из сока плодового или ягодного с сахаром	200	0,00	0,06	33,98	136,10	200	0,00	0,06	33,98	136,10			
	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	870	44,05	43,41	141,33	1093,23	950	44,20	43,44	141,48	1093,42			
		Всего за день	1400	62,28	75,86	202,30	1693,07	1520	62,48	75,91	202,47	1693,76			