

День 4	Категория: дети (младшие)														Категория: дети (старшие)					
№ реч.	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																				
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 заку сочные икра 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																			
88/2017	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	1,91	5,15	10,22	96,41	250/5	1,91	5,15	10,22	96,41									
291/2017	Плов из птицы	90/240	34,46	29,65	52,99	623,34	100/280	40,95	29,81	53,04	623,78									
139/2017	Капуста тушеная	60	0,63	0,21	4,41	20,90	100	0,71	0,30	4,48	21,04									
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									
	Итого	825	42,17	40,70	133,34	1043,94	905	48,74	40,96	133,46	1044,53									
	Всего за день	1355	60,40	73,15	194,32	1643,78	1475	67,02	73,43	194,45	1644,87									