

День	№ реп.	Пример питания, наименование блюда	Категория: дети (младшие)						Категория: дети (старшие)					
			Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порция	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 г	8,60	6,09	38,64	243,75	250 г	8,90	6,87	38,93	244,57		
379	2017	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	2,70	28,40	152,00	200	3,60	2,70	28,40	152,00		
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		
г/п		Хлеб пшеничный	50	5,52	4,00	24,90	131,00	50	5,52	4,00	24,90	131,00		
г/п		Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,97	63,35	35	2,31	0,42	11,97	63,35		
		Итого	510	22,43	23,36	104,04	692,20	560	22,73	24,14	104,33	693,02		
		Обед												
101	2017	Суп картофельный с рисовой крупой	250	2,38	5,30	17,19	126,55	250	2,38	5,30	17,19	126,55		
292	2017	Птица, тушеная в соусе с овощами	90 г	31,37	39,08	28,83	607,61	100 г	32,86	40,22	29,35	622,70		
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	39,52	50,22	101,94	1025,26	900	41,16	51,39	102,61	1040,54		
		Всего за день	1330	61,95	73,58	205,98	1717,46	1460	63,89	75,53	206,94	1733,56		