

День: День 1

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции,	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
		белки	жиры	углевод			
ЗАВТРАК							
Каша овсяная молочная с маслом	150	4,99	8,25	16,98	114,75	0,675	68
Какао	150	4,65	4,80	16,77	127,37	0,81	117
Батон	50	3,07	1,07	20,93	100,2	0	
масло	4	3,32	0,04	0,04	29,92	0	2
ЗАВТРАК 2							
Банан	100	0,5	1,5	21	96	10	
ОБЕД							
Щи со сметаной	150	2,54	1,42	9,18	71,05	5,475	30
Гуляш	80	13,98	12,62	3,40	100,88	0,384	07014
Перловый гарнир	150	6,66	11	22,64	153,00	0,9	29
Томат свежий	60	0,62	4,31	2,13	51,22	12,624	01038
Компот из кураги	150	0,78	0	20,22	80,58	0,6	17
Хлеб	50	3,07	1,07	20,93	100,2	0	
ПОЛДНИК							
Слойка	55	3,382	4,477	29,089	181,494	0,341	33
Йогурт	150	5,44	6,4	13,94	87,2	1,36	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		51,162	55,357	189,459	1290,664	32,709	

Химический состав за выбранные дни	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Кал-ть ккал	С. мг
	51,162	55,357	189,459	1290,664	32,709