

# День 5

Категория: Дети 3 – 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
		белки	жиры	углевод			
<b>ЗАВТРАК</b>							
Каша «Дружба» с маслом	200	6,32	10,18	26,34	173,4	0,9	0401
Какао	200	6,2	6,4	22,36	169,82	1,09	117
Батон	50	3,07	1,07	20,93	100,2	0	
Масло	6	4,15	0,05	0,05	37,4	0	
<b>ЗАВТРАК 2</b>							
Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	2	
<b>ОБЕД</b>							
Суп рыбный	200	8,14	2,08	13,32	81,2	6,42	42
Бигус с мясом	180	3,82	8,06	8,37	143,64	20,34	08007
Компот и сухофруктов	200	104	0	26,96	107,44	0,8	122
Хлеб	70	4,3	1,5	29,3	140,28	0	
<b>ПОЛДНИК</b>							
Плюшка	60	3,382	4,477	29,089	181,494	0,341	34
Йогурт	200	5,44	6,4	13,94	87,2	1,36	119
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>46,362</b>	<b>40,237</b>	<b>174,329</b>	<b>1087,594</b>	<b>32,341</b>	

Химический состав за выбранные дни	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Кал-ть ккал	С, мг
	46,362	40,237	174,329	1087,594	32,341