

День 2

Категория: Дети 3 - 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции,	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
		белки	жиры	углевод			
ЗАВТРАК							
Каша пшеничная молочная с маслом	200	6,66	11	22,64	153	0,9	68
Батон	50	3,07	1,07	20,93	100,20	0	
Какао	200	4,65	4,8	16,77	127,37	0,18	117
Сыр	6	1,56	1,61	0	21,12	0,168	27
ЗАВТРАК 2							
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0	10	
ОБЕД							
Суп фасолевый на мясном бульоне со сметаной	200	5,76	0,68	19,16	118,06	6,78	02013
Тефтели	80	12,5	10,8	4,87	109,96	0,96	106
Тушеная свекла	180	2,93	5,4	14,71	84,06	2,286	64
Компот из сухофруктов	200	1,04	0	26,96	107,44	0,8	122
Хлеб	70	4,3	1,5	29,3	140,28	0	
ПОЛДНИК							
Венская сдоба	70	0,12	0	9,78	37,2	0	37
Чай сладкий с лимоном	200	0,22	4,06	13,13	52,58	4,06	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		44,35	46,22	172,69	1045,13	27,494	

Химический состав за выбранные дни	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г	Кал-ть ккал	С.мг
	44,35	46,22	172,69	1045,13	27,494