

День 8

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
		белки	жиры	углевод			
ЗАВТРАК							
Каша геркулесовая молочная с маслом	150	4,99	8,25	16,98	114,75	0,675	67
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	
ЗАВТРАК 2							
Сок	100	0,5	0,1	10,2	48	2	
ОБЕД							
Суп гороховый на мясном бульоне	150	7,95	8,1	12,6	131,85	5,4	02012
Рыба, тушеная с овощами	70	6,531	4,039	5,572	98,959	0,49	88
Рис отварной	150	4,53	7,47	2,396	179,5	0,675	58
Компот из сухофруктов	150	0,78	0	20,22	80,58	0,60	122
Хлеб	50	3,07	1,07	20,93	100,2	0	
ПОЛДНИК							
Разрезная булочка	55	3,382	4,477	29,089	181,494	0,341	34
Чай сладкий	150	9	2,29	9,75	36,96	4,5	132
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		51,773	41,706	165,368	1227,783	15,501	

Химический состав за выбранные дни				С.мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Кал-ть ккал	
51,773	41,706	165,368	1227,783	15,501