

Возрастная категория: Воспитаники 1-4 класс Безмолочное меню

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 6</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша пшеничная безмолочная жидкая	230	9,11	9,18	42,48	288,93	267
	Какао	200	3,62	3,66	24,96	144,48	496
	Хлеб пшеничный 30/50	30	2,28	0,24	14,76	70,5	108
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 40/50	40	2,64	0,48	13,60	72,4	110
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>500</b>	<b>17,65</b>	<b>13,56</b>	<b>95,80</b>	<b>576,31</b>	
<b>ОБЕД</b>	Овощи натуральные (огурцы)	60	0,48	0,06	1,50	8,4	106
	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	1,90	4,06	13,12	96,6	158
	Капуста тушеная	180	3,82	8,06	8,37	143,64	48
	Котлеты, биточки, шницели	90	16,02	15,75	12,87	257,4	381
	Кисель из повидла, джема, варенья (повидло)	200	0,10	0,00	38,30	154	504
	Хлеб пшеничный 50/70	50	3,80	0,40	24,60	117,5	108
Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 40/50	40	2,64	0,48	13,60	72,4	110	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>820</b>	<b>28,76</b>	<b>28,81</b>	<b>112,36</b>	<b>849,94</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>	Фрукты свежие (апельсин) 180	180	1,62	0,36	14,58	77,4	112
	Соки овощные, фруктовые и ягодные (абрикосовый)	200	1,00	0,00	0,00	110	518
	Слойка "Уральская"	30	2,35	2,85	18,50	109	571
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>410</b>	<b>4,97</b>	<b>3,21</b>	<b>33,08</b>	<b>296,4</b>		
<b>УЖИН</b>	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61	494
	Печень тертая	100	13,90	23,80	3,20	282	400
	Картофель отварной	180	3,42	7,38	22,86	171	173
	Хлеб пшеничный 40/60	40	3,04	0,32	19,68	94	108
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 25/35	25	1,65	0,30	8,50	45,25	110
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>545</b>	<b>22,11</b>	<b>31,80</b>	<b>69,44</b>	<b>653,25</b>		
<b>УЖИН 2</b>	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	200	1,00	0,20	0,20	92	518
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>200</b>	<b>1,00</b>	<b>0,20</b>	<b>0,20</b>	<b>92</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2475</b>	<b>74,49</b>	<b>77,58</b>	<b>310,88</b>	<b>2467,9</b>	