

Мих
24.07.2016

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	жиры	углеводы		
Вторник День 2 завтрак	Каша овсяная молочная	200	6,7	9,8	27,1	223	130
	Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,39	12,76	84	395
	Хлеб пшеничный	30	2,45	0,85	16,74	85,77	701
	Сыр порционный	6	3,48	4,42	0	54	7
	Итого	429	15,43	17,46	56,68	446,77	
Второй завтрак	Витаминизированный напиток «Виташка»	50	0	0	8,64	33	
Обед	Салат из моркови	40	0,5	1,6	6,64	20,92	41
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,16	7,26	15,72	83,8	82
	Плов из курицы	130	12,09	7,36	25,54	281	100
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	376
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	700
	Хлеб пшеничный	20					
	Итого	590	3,95	0,5	24,15	118	701
Уютный полдник	Пирожки с капустой	80	5,46	7,92	23,58	199,34	142 из прогн. «Детский сад. Питание».
	Чай с сахаром						
	Хлеб пшеничный	200	0,12	0,018	13,6	52	194
	Итого	30	3,95	0,5	24,15	118	701
Итого за день		310	9,53	8,44	61,33	369,34	
		1379	47,40	43,24	243,16	1286,68	