

Возрастная
 категория: **Детский сад**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 8 (среда)								
	Суп молочный с крупой "Геркулес"	250	6,95	6,85	19,7	169,03	94	
	Соль поваренная пищевая	1,5/1,5	0	0	0		0	
	Овсяные хлопья "Геркулес"	15/15	1,85	0,93	9,27		52,8	
	Масло сливочное	2,5/2,5	0,03	1,54	0,04		14,15	
	Сахарный песок	2/2	0	0	2		7,58	
	Вода	75/75	0	0	0		0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	175/175	5,08	4,38	8,4		94,5	
ЗАВТРАК	Бутерброд с повидлом	30	1,5	0,58	10,27		52,35	2
	Повидло	10/10	0	0	0		0	
	Батон нарезной	20/20	1,5	0,58	10,27		52,35	
	Чай с молоком	180	2,66	2,25	14,33		87,12	394/1
	Чай высшего сорта	0,31/0,31	0,06	0	0,01		0,58	
	Сахарный песок	10,01/10,01	0	0	9,99		37,93	
	Вода	59,99/59,99	0	0	0		0	
	Вода	32,4/32,4	0	0	0		0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	90/90	2,61	2,25	4,32		48,6	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		460	11,11	9,68	44,3		308,5	
ЗАВТРАК 2	Фрукт: Банан	100	1,5	0,5	21		96	Б/н
	Банан	143/100	1,5	0,5	21		96	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	1,5	0,5	21		96	
	Салат из свеклы отварной	60	0,85	3,65	5,02		56,3	33
	Свекла	72,96/57	0,86	0,06	5,02		23,94	
	Соль пищевая йодированная	3/3	0	0	0		0	
	Масло растительное	3,6/3,6	0	3,6	0		32,36	
	Борщ с курой со сметаной	200	9,74	5,44	12,54		138,9	62/1
	Куриная грудка (филе)	40,2/32,2	7,6	0,61	0,13		36,39	
	Морковь, красная	16,2/13	0,17	0,01	0,9		4,55	
	Сметана 15,0% жирности	4/4	0,1	0,6	0,14		6,48	
	Свекла	40/32	0,48	0,03	2,82		13,44	
	Лук репчатый	7,6/6,4	0,09	0,01	0,52		2,62	
	Картофель	50/40	0,8	0,16	6,52		30,8	
	Капуста белокочанная	25/20	0,36	0,02	0,94		5,6	
	Соль пищевая йодированная	1,2/1,2	0	0	0		0	

