

День: вторник

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 3-7 лет

№		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Вит. С
№ТК	<b>Завтрак [345]</b>						
196*	Каша молочная "Дружба"	130/4	4,21	5,58	22,84	158,96	0,87
1*	Бутерброд с маслом	30/5	2,29	4,50	15,49	111,62	0
288*	Какао с молоком	150	2,54	2,63	10,66	77,27	0,98
	<b>Итого за прием</b>		9,04	12,71	48,99	347,85	1,5
	<b>10:00 [100]</b>						
**	Молоко кипяченое	150	4,58	5,06	7,43	94,80	2,05
	<b>Итого за прием</b>	<b>459</b>	4,58	5,06	7,43	94,80	2,05
	<b>Обед [745]</b>						
**	Огурцы свежие	30	0,21	0,03	0,57	3,30	2,1
59*	Суп с макаронными изделиями	200	2,30	2,37	16,63	97,30	13,2
97*	Жаркое по-домашнему	50/115	16,81	17,63	16,38	291,48	20,59
294*	Компот из смеси сухофруктов (витаминизация аскорбиновой кислотой )	200	0,44	0,09	32,92	128,60	25
**	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0
ТТК	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	63,00	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>650</b>	22,75	20,58	89,78	630,68	17,6
	<b>Уплотненный полдник [540]</b>						
75*	Суп молочный с полтавской крупой	150	3,56	3,43	13,49	99,59	0,98
224*	Запеканка из творога со сгущенным молоком	50/5	10,73	4,77	8,31	121,05	0,29
306*	Кисель плодово-ягодный	150	0,08	0,06	13,89	55,27	0
**	Фрукты	150	0,60	0,60	14,70	70,50	15
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>605</b>	17,25	9,10	65,15	416,91	16,27
	<b>Итого за день</b>		53,62	47,45	211,35	1490,24	21,4



Дата составления  
Дата печати  
Группа  
Физ.Норма

Friday, 10 June 2016  
#####  
Сад  
Дошкольные организации. 3-7 лет. СанПиН 2.4.1.3049-13