

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 1,5-3 лет

№		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	ВитС
№ТК	Завтрак [370]						
ТТК	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	150/5	6,27	8,07	28,48	212,17	0,98
ТТК	Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10	4,17	6,87	10,35	120,45	0,07
288*	Какао с молоком	150	2,54	2,63	10,66	77,27	0,98
	Итого за прием		12,98	17,57	49,49	409,89	2,03
	10:00 [100]						
ТТК	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00	4
	Итого за прием	499	1,00	0,20	20,20	92,00	4
	Обед [595]						
38*	Салат картофельный с зеленым горошком	50	1,01	5,14	5,72	73,28	7,27
66*	Суп -лапша домашняя	150	1,75	3,51	8,76	73,65	0,9
**	Суфле из цыплят-бройлеров	50	9,55	10,80	2,00	142,90	0,98
**	Рис припущенный	130	3,27	3,79	33,73	181,92	0
294*	Компот из смеси сухофруктов (витаминизация аскорбиновой кислотой)	150	0,33	0,07	24,69	96,45	20
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0
ТТК	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00	0
	Итого за прием	730	18,41	23,67	93,70	657,20	29,15
	Уплотненный полдник [605]						
81*	Рыба, запеченная в омлете	60	10,13	3,84	1,81	82,47	0,32
212*	Макаронные изделия отварные с маслом	100/3	3,87	2,63	24,71	138,13	0
282*	Чай с сахаром	150/5	0,00	0,00	4,99	19,95	0
ТТК	Кондитерское изделие	10	0,14	0,82	6,94	35,90	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0
	Итого за прием	410	15,66	7,45	48,29	323,45	0,32
	Итого за день		48,05	48,89	211,68	1482,54	35,50

Дата составления
Дата печати
Группа
Физ.Норма

Monday, 13 June 2016

Сад
Дошкольные организации. 3-7 лет. СанПиН 2.4.1.3049-13