

№ рец.	День: пятница 09.02.2024 Неделя: первая Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: 3-7 лет	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)	Минеральные в-ва, мг		Витамины мг		
			белки	жиры	углеводы		Ккал	Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>
	Прием пищи, наименование блюда										
	<b>Завтрак</b>										
161	Каша гречневая молочная жидкая с маслом сливочным	150	6,98	10,42	25,0	240,0	184,48	1,5	0,01	0,22	0,9
397	<b>Какао с молоком</b>	180	3,67	3,19	15,82	107,0	137,0	0,43	0,05	0,17	1,43
149	Масло сливочное	10	8,3	0,1	0,1	74,8	0	0	0	0	0
C555	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,0	67,6	13,6	1,52	0,07	0,03	0
	<b>Всего, ккал за завтрак</b>					<b>489,4</b>					
	<b>2-й завтрак</b>										
130	Сок фруктовый или овощной	100	0,5	0,1	10,1	46,0	7,0	1,4	0,01	0,01	2,0
	<b>Всего, ккал за завтрак</b>					<b>46,0</b>					
	<b>Обед</b>										
5	Салат витаминный с растит. Маслом или долька огурца или помидора	60	0,7	6,29	4,7	60,5	25,2	0,6	0,02	0,02	11,4
			0,48	0,06	1,5	8,4	13,8	0,36	0,02	0,02	6
86	<b>Рассольник «Ленинградский</b>	250	4,1	7,16	20,93	145	29,69	4,07	0,11	0,07	8,2
345	<b>Жаркое по домашнему</b>	220	11,682	13,946	21,34	268,114	32,01	2,596	0,176	0,154	4,51
376	Компот из сушеных фруктов	180	0,396	0,018	24,984	101,7	28,638	1,116	0	0	0,36
15	Хлеб	50	3,9	0,5	24,0	117,86	11,5	0,99	0,08	0,03	0
	<b>Всего, ккал на обед</b>					<b>670,424/ 618,324</b>					
	<b>Полдник</b>										
460	Крендель сахарный	50	3,54	6,57	27,87	185,0	9,7	0,64	0,06	0,05	0
401	Кисло молочный продукт	180	5,22	5,76	7,2	106,2	223,2	0,18	0,04	0,23	1,26
	<b>Всего, ккал за полдник</b>					<b>277,0</b>					
	<b>Всего, за день</b>		<b>57,68</b>	<b>50,455</b>	<b>187,05</b>	<b>1482,824/ 5</b>					<b>49,815</b>