

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Возрастная категория с 12 до 18 лет

День: 4

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Суфле творожное с молоком ст	150	20,00	14,57	20,03	296,00	200	26,70	19,43	26,70	394,00	365/04
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	200	0,07	0,02	15,00	60,00	376/07
	Бутерброд с повидлом	50	2,39	0,90	28,03	127,00	50	2,39	0,90	28,03	127,00	2/22
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00	200/13
	Хлеб ржаной	50	3,24	0,50	20,50	100,00	50	3,24	0,50	20,50	100,00	гост
	Хлеб пшеничный						50	3,75	0,50	23,50	115,00	гост
	Итого завтрак:		26,10	16,39	93,36	630,00		36,55	21,75	123,53	843,00	
ОБЕД	Икра кабачковая	60	1,27	2,34	10,80	79,36	100	2,12	3,77	17,43	128,01	тк №64
	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей	206	3,58	2,56	16,60	107,00	256	5,81	3,00	20,45	135,00	103/07
	Плов из птицы	250	23,32	32,23	39,83	542,00	250	23,32	32,23	39,83	542,00	291/07
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,80	127,00	200	0,08	0,00	21,80	127,00	349/07
	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,50	23,50	115,00	50	3,75	0,50	23,50	115,00	гост
	Хлеб ржаной	50	3,24	0,50	20,50	100,00	50	3,24	0,50	20,50	100,00	гост
	Итого обед:		35,24	38,13	133,03	1070,36		38,32	40,00	143,51	1147,01	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		61,34	54,52	226,39	1700,36		74,87	61,75	267,04	1990,01	