

(ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ 1-3 ГОДА) 12-часовой режим пребывания



I день: понедельник		Неделя: первая							
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептур ы	
			Б	Ж	У				
Завтрак	Суп молочный с гречневой крупой и сл. маслом	150	4,47	4,1	12,8	106,8	0,7	222	
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,30	15,0	78			
	Масло сливочное	5	0,02	3,6	0,04	33,0		6	
	Сыр	10	2,32	2,95	-	36		7	
	Кофейный напиток с молоком	150	2,4	2,0	12,0	75,8	0,9	414	
	<i>Итого:</i>	345	11,32	13,2	46,55	357,6	1,6		
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4	2,0	418	
	<i>итого</i>	100	0,5	-	10,1	42,4	2,0		
Обед	Салат из свеклы с луком (чесноком)	30	0,4	1,8	1,1	28,2	2,85	34	
	Щи на мясном б-не со сметаной свеж. Капустой, картоф.	150	1,2	4,1	5,2	53,3	13,3	73	
	Плов с мясом птицы	160	16,3	14,9	27,1	309,4	0,8	321	
	Кисель	150	0,16	0,01	26,4	106,5	0,1	397	
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,1	25,6			
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,15	7,5	39,0			
	<i>Итого:</i>	520	20,25	21,14	72,4	562,0	17,05		
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,2	4,8	6,0	84,2	1,2	420	
	Печенье пром.	30	2,0	4,2	21,0	131,0	-		
	<i>Итого:</i>	180	6,2	9,0	27,0	215,2	1,2		
Ужин	Сырники с морковью	120	16,9	13,8	25,3	294	0,8	247	
	Соус молочный сладкий	30	0,6	1,4	3,97	30,45	0,09	369	
	Салат из яблок с изюмом	30	0,3	0,3	2,4	25,9	1,9	(сб. 011)	
	Чай черный с сахаром	150	0	0	10	40,0	0,02	411	
	<i>Итого:</i>	330	17,8	15,5	41,67	390,35	2,81		
<i>Итого за I день:</i>		1475	56,07	58,84	197,72	1567,55	24,66		