



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
я 4 День
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
День 4						
ЗАВТРАК	Каша жидкая сборная	200	1,92	1,76	9,80	62,66
	Бутерброды с маслом	45	3,44	4,38	23,22	146,2
	Чай с лимоном	200	0,12	0,00	15,16	59,46
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		445	5,48	6,14	48,18	268,32
ЗАВТРАК 2	фрукты	150	0,60	0,60	14,70	70,5
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0,60	0,60	14,70	70,5
ОБЕД	Суп с мясными фрикадельками	200	7,40	7,22	21,12	179,32
	Каша рассыпчатая "Перловая" с мясом и овощами	130	12,64	13,65	28,82	289,02
	огурец свежий	50	0,40	0,05	1,25	7
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,8
	Кисель в брикете ягодный	200	0,00	0,00	4,34	17,68
ИТОГО ЗА ОБЕД		630	24,39	21,42	79,68	599,82
ПОЛДНИК	Чай без сахара	200	0,12	0,00	0,02	1,06
	пряники	45	2,16	1,26	34,96	151,11
	Йогурт	130	3,90	4,16	6,11	78
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		375	6,18	5,42	41,09	230,17
УЖИН	Пирожок печенный с начинкой	90	6,38	6,05	44,52	260,98
	Чай с сахаром	180	0,05	0,00	9,00	34,63
ИТОГО ЗА УЖИН		270	6,43	6,05	53,52	295,61
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1870	43,08	39,63	237,17	1464,42
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1870	43,08	39,63	237,17	1464,42
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1870	43,08	39,63	237,17	1464,42