

День:
Неделя:

№ п/п		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Неделя:			Энергетическая ценность (ккал)
				Пищевые вещества (г)			
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7
Завтрак 1-4, овз, ммс завтрак							
80.62							
610.03		<i>жаркое подосащичену</i>	50/200	14,56	14,44	21,08	257,88
263		Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420.06		Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	4	0,5	27,5	130
38							
				15,56	14,61	58,56	427,78
Итого за Завтрак							
Обед овз							
25.09		Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96
129.08		Суп картофельный с горохом с мясом птицы	250/60	6,62	3,88	28,57	175,69
233.23		Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	50/50	19,83	17,99	2,93	251,97
211.05		Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
283		Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420.02		Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	3,2	0,4	22	104
				35,47	26,58	100,56	782,06
Итого за Обед							
завтрак 5-11							
		винегрет	100	1,00	6,00	4,00	76,00
		плов из птицы	80/170	13,00	16,00	39,00	350,00
		Чай с сахаром	200			16,00	70,00
		Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	85	2,00	14,00		71,0
				15,00	30,00	55,00	491,00
Итого за Обед							
Итого за день							
				56,56	64,02	241,80	1719,65