

Дет. 4-ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
		белки	жиры	угл-ды		С	
ЗАВТРАК							
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3	6,54	6,15	35,21	223,41	0,86	ГТК №10Д
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№414 Дели 2016
Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом	30/5/10	2,35	4,52	17,39	119,80	0,16	
Итого:	414	11,74	13,08	58,59	385,88	2,19	
2- ЗАВТРАК							
Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,56	91,80	0,54	№420 СБ дошк 2016
Итого:	180	5,22	4,50	7,56	91,80	0,54	
ОБЕД							
Томаты свежие порционно	50	0,55	0,1	1,9	11	8,75	№71 сб дошк 2017
Суп картофельный с пшенной крупой	180	1,42	1,95	8,72	61,74	5,94	№86 сб дошк 2016
Птица, тушеная в соусе с овощами	200	17,79	13,83	17,20	264,00	11,61	№319 Сб дошк
Напиток из сухофруктов	180	0,60	0,08	20,81	68,18	0,65	№394 Сб дошк
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	680	25,22	16,70	78,75	552,77	26,95	
ПОЛДНИК							
Омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66	0,32	№229, сб дошк 2016
Сок	180	0,90		18,18	76,00	3,60	Согласно табл 6 стр
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	134, Дели + 2012
Итого:	360	17,12	25,07	35,58	436,16	3,92	
ВСЕГО:	1634	59,30	59,35	180,48	1466,61	33,60	