Утверждаю
Зав. д/с №41
Тишова Н. А.

№ рец.	День: четверг Неделя: первая Сезон: вессенне - летний Возрастная категория:3-7 лет	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)	
	Прием пищи, наименование блюда		белки	жиры	углеводы	Ккал	С
	Завтрак						
140	Суп молочный с макаронными издельями	200	5,7	5,1	18,9	143,8	0,9
464	Кофейный напиток	180	1,3	1,1	10,3	56,7	0,27
1	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	18,16	91,5	0
79	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0
	Всего, ккал за завтрак	**430**	**9,88**	**13,85**	**47,49**	**358,09**	**1,17**
	2-й завтрак						
501	Соки овощные ,фруктовые и ягодные	180	0,9	0,18	18,18	77,4	6,6
	Всего, ккал за завтрак	**180**	**0,9**	**0,18**	**18,18**	**77,4**	**6,6**
	Обед						
148	Овощи свежие (порциями) помидоры	60	0,42	0,06	1,14	6,6	2,1
98	Свекольник	200	1,6	3,8	8,6	75	7,67
377	Пюре картофельное	150	3,2	6	9,2	102	3,8
54-5м	Котлета из курицы	80	15,27	3,45	10,7	134,9	0,5
54-3соус	Соус красный основной	30	0,98	0,72	2,66	21,1	0
484	Кисель из концентрата плодового или	180	0	0	13,5	54	0
1	Хлеб пшеничный	50	2,8	0,4	18,16	114,4	0
1	Хлеб ржаной	30	1,04	0,24	8,86	64,2	0
	Всего, ккал на обед	**780**	**25,31**	**14,67**	**72,82**	**572,2**	**14,07**
	Полдник						
268	Омлет натуральный	100	8,6	9,6	2,1	130,7	0,3
495	Компот из смеси фруктов	180	0,5	0,09	18,1	75,6	0,18
1	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	18,16	91,5	0
	Всего, ккал за полдник	320	11,9	10,09	38,36	**297,8**	0,48
	Всего, за день	**1710**	**47,99**	**38,79**	**176,85**	**1305,49**	**22,32**

AnyScanner