

Троицкий детский сад / Зарина Д.И. Вдовина

Троицкий детский сад / Зарина Д.И. Вдовина



Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал.)		витамины С, (мг.)		№ рецептуры
				белки		жиры		углеводы						
		ясли	сал	ясли	сал	ясли	сал	ясли	сал	ясли	сал	ясли	сал	
День 9 завтрак	Каша пшеничная молочная	150	200	2,41	3,615	3,18	4,77	28,44	42,66	152,72	229,08	0,32	0,48	
	Бутерброд с маслом	20/5	30/6	3,61	5,06	5,4	7	9,75	14,62	106	145	0,14	0,19	
	Какао с молоком	150	180	0,04	0,04	0	0	9,10	12,13	35	47	1,6	2	
2 завтрак	Витаминизированный напиток «Витона»	150	180	0	0	3,72	3,72	40,18	40,18	43,9	43,9	13	13	
обед	салат из свеклы с изюмом	30	40	0,266	0,399	1,8	2,7	1,4	2,1	22,666	33,999	0,746	1,119	
	рассольник	150	200	4,24	5,3	5,2	6,5	20,24	25,3	112,8	150,3	0,09	0,12	
	шлов из мяса курицы	100	1300	4,5	6	5,7	7,6	1,85	2,47	123,6	164,8	0,6	0,8	
	кисель	180	200	0,43	0,48	0	0	21,42	23,8	81	90	0,395	0,45	
полдник	хлеб пшеничный	50	60	3	3,6	0,5	0,6	22,165	26,598	94,5	119,4	0	0	
	чай с сахаром	150/9	180/12	0	0	0	0	8,98	11,98	30	43	0	0	
	макаронник	150/43	80	3,64	4,16	1,4	1,6	42,21	48,24	195,79	223,76	0,07	0,08	
	хлеб пшеничный	50	60	3	3,6	0,5	0,6	22,165	26,598	94,5	119,4	0	0	
Итого 9 день														