

6 день							
День: понедельник							
Возрастная категория: 3-7 лет							
Название блюда	Пищевые вещества				Энерг.ценн ость (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
	Выход блюда	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
<b>ЗАВТРАК</b>							
Каша молочная сборная жидкая	200	8.14	9.68	25.00	210.00	1.46	168
Какао с молоком	200	3.67	3.19	15.82	103.48	1.43	397
Масло сливочное порц.	5	0.04	3.63	0.07	29.50	0.00	6
Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.44	92.80	3.86	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:</b>		14.89	16.82	60.33	435.78	6.75	
<b>ОБЕД</b>							
Огурец солёный	50	0.36	0.05	0.72	4.72	0.00	513
Свекольник со сметаной	200	4.85	7.50	33.40	213.00	8.25	122
Жаркое по-домашнему	250	27.53	8.47	21.95	265.68	8.97	276
Компот из сушеных фруктов	180	0.46	0.02	27.76	113.04	0.40	376
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	16.70	84.80	0.00	
<b>ИТОГО В ОБЕД:</b>		36.50	16.64	100.53	681.24	17.62	
<b>ПОЛДНИК</b>							
Сок	200	1.80	0.00	36.36	152.00	7.20	399
Кондитерские изд.без крема (сушка)	50	2.48	1.10	16.90	86.32	0.00	804
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:</b>		4.28	1.10	53.26	238.32	7.20	
<b>УЖИН</b>							
Каша гречневая молочная жидкая	250	5.38	7.99	21.55	173.32	0.91	185
Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.99	40.36	0.03	392
Пирожок с яблоком(печеный)	70	5.76	2.48	47.88	236.00	0.34	464
Фрукты свежие (апельсин/груша)	90	0.63	0.14	15.65	66.00	42.00	371
<b>ИТОГО ЗА УЖИН:</b>		11.83	10.63	95.07	515.68	43.28	
<b>ВСЕГО ЗА 6 ДЕНЬ:</b>		67.50	45.19	309.19	1,871.02	74.85	