

5 день (сад)

Наименование блюда	№ рецептуры	выход (г.)	химический состав, г.			энергетическая ценность	витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Каша молочная манная жидкая (1/2)	548	200	8,8	10,3	32,8	252,5	0
Яйцо отварное	424	40	5,1	4,6	0,3	62,8	0
Хлеб пшеничный		40	3,2	0,5	16,8	81,2	0
Масло сливочное		5	0,1	3,6	0,1	33,1	0
Кофейный напиток без молока	1221	180	0,1	0	6	25,4	0
Яблоко 10-00		100	0,4	0	11,3	46	13
Обед							
Борщ Украинский	278	200	1,9	2,6	14,3	86,1	19,1
Сметана		5	0,1	0,8	0,2	8	0
Биточки рубленые из птицы	671	80	12,2	8,7	7,2	155,1	0
Картофельное пюре	429	150	3,5	4,6	25,4	152,3	18
Хлеб ржаной		50	3,3	0,5	20,1	95	0
Компот из смеси сухофруктов	1113	180	0,4	0,1	12,4	49,4	0
Уплотненный полдник							
Фрикадельки рыбные в томатном соусе	517	80	10,5	1,6	6,3	80,4	1,1
Каша рисовая рассыпчатая	378	120	3	2	33,1	154,1	0
Соус томатный	1029	30	0,5	1,5	2,9	27,6	3,6
Овощ соленый		30	0,9	0	0,3	6	0
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,4	12,6	60,9	0
Чай	1203	180	0	0	7,1	26,49	0
Ужин							
Кефир 2.5%	1227	200	5,6	6,4	8,2	118	1,4
Печенье	1312	30	3	1,5	12,2	106,2	0
ИТОГО:			65	49,7	229,60	1626,59	56,2