

День девятый

№ реп.	Наименование	Выход блюда	Ясли									
			Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Са	Mg	Na	Fe	В1
8.15		Завтрак 25%										
101	Каша пшеничная молочная	220	6,36	16,01	20,35	161,4	178	14	130,1	0,58	0,12	0,99
416	Какао с молоком	180	3,78	3,26	18,9	128,4	128,7	12,8	49,1	0,077	0,022	1,71
3	Хлеб йодированный пшеничный со слив маслом,сыром	40/6/6	4,41	16,4	13,58	129,6	89,6	12,4	182,1	0,63	0,004	0,05
Итого		452	14,55	35,67	52,83	419,4	396,3	49,2	361,3	1,287	0,146	2,75
10.00		Второй завтрак 4%										
418	Сок фруктовый , печенье	180/17	0,9	-	18,18	76,0	12,6	7,2	10,8	0,52	0,02	3,6
19	салат из консервир.огурцов и помидор	50	1,48	2,58	3,11	43	10,6	10,3	171,1	0,33	0,05	5,5
90	Суп картофельный с рыбной фрикаделей	230	4,81	14,33	15,2	119,2	25,5	1,9	154,3	1,17	0,12	10,1
303	Тефтеля мясная	70	12,44	19,24	12,5	183	35	25,7	287,5	0,64	0,4	0,12
373	Соус сметанный с томатом	30	0,42	11,5	1,76	22,24	8,1	1,57	46,9	0,06	0,006	0,02
179	Каша гречневая рассыпчатая	140	8,01	15,67	2,92	227,4	13,7	26,7	2,5	2,6	0,05	-
390	Компот из свежих плодов витаминизированный	180	0,14	0,14	21,49	87,84	14,4	63,6	10,5	0,93	0,01	1,54
1	Хлеб пшеничный йодированный	30	3	1,16	20,2	103,24	9,2	0,02	-	0,9	0,064	-
Итого		730	30,3	64,62	77,18	785,92	116,5	59,79	672,8	5,63	0,7	17,28
16.15		Усиленный полдник 25%										
319	Птица тушеная с овощами	180	9,37	27,28	16,49	169	32,7	8,3	204	1,39	0,1	0,73
411	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	19,5	8,7	1,63	1,63	0,001	0,03
449	Сдоба	70										
1	Хлеб пшеничный йодированный	30	3	1,16	20,2	103,24	9,2	0,02	-	0,9	0,064	-

	Итого	470	12,43	28,46	46,68	312,24	61,4	47,02	205,63	3,92	0,165	0,76
	Итого за весь день	1849	58,18	128,75	194,87	1593,56	586,8	193,21	1250,53	13,57	1,031	24,39