

9 день

Номер тк и рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг	% соотношения
	<b>Завтрак</b>							
9/68	Каша пшеничная молочная жидкая	180	8,4	7,42	35,54	235,8	0,79	
53/54-9	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	3,5	11,1	90,8	0,3	
47/6/н	Батон	25	1,9	0,73	13,33	68,65	0	
50/54-1з	Сыр твёрдых сортов в нарезке	15	3,5	4,5	0	54,5	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>420</b>	<b>16,65</b>	<b>15,28</b>	<b>59,97</b>	<b>449,75</b>	<b>1,09</b>	<b>27,25</b>
	<b>Второй завтрак</b>							
61/6/н	Сок виноградный	180	0,54	0,36	29,34	122,4	3,6	
	<b>Итого за прием</b>	<b>180</b>	<b>0,54</b>	<b>0,36</b>	<b>29,34</b>	<b>122,4</b>	<b>3,6</b>	<b>7,41</b>
	<b>Обед</b>							
72/54-3з	Помидор в нарезке	40	0,27	0	1,67	7,67	10	
19/54-12с	Суп с рыбными консервами	200	7,92	3,9	14,36	124,12	14,6	
38/54-3м	Голубцы ленивые	200	17,1	13,1	14	242,8	62	
66/54-6хн	Компот из изюма	200	1,5	0	27	110,2	0	
48/6/н	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,52	46,2	0	
49/6/н	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,6	1,36	9,32	55,92	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>680</b>	<b>29,97</b>	<b>18,56</b>	<b>75,87</b>	<b>586,91</b>	<b>86,6</b>	<b>35,57</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>							
42/6/н	Запеканка из творога со сгущённым молоком	130/25	28,83	8,65	37,23	342,1	0,6	
65/384	Кисель из плодово-ягодного концентрата	200	1,36	0	29,02	116,19	0,4	
81/140	Фрукт (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	10	
76/2	Кондитерское изделие (печенье)	30	1,92	5,04	20,55	131,1	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>460</b>	<b>34,09</b>	<b>14,29</b>	<b>106,12</b>	<b>682,59</b>	<b>11</b>	<b>41,34</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1740</b>	<b>81,25</b>	<b>48,49</b>	<b>271,3</b>	<b>1841,65</b>	<b>102,29</b>	<b>111,61</b>



*Заведующая МБДОУ №1 Урслыца*