7 день

Номер тк и рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг	% соотношение
	Завтрак							
7/б/н	Суп молочный с крупой пшенной	200	7,46	6,25	21,02	169,38	1,09	
56/54-7гн	Какао с молоком	200	4,6	4,3	12,4	106,7	1,4	
47/б/н	Батон	25	1,9	0,73	13,33	68,65	0	
51/б/н	Повидло	25	0	0	15,25	44,8	0	
	Итого за прием	**450**	**13,96**	**11,28**	**62**	**389,53**	**2,49**	**23,6**
	Второй завтрак							
60/б/н	Сок яблочный	180	0,56	0	11,36	48	2,25	
	Итого за прием	**180**	**0,56**	**0**	**11,36**	**48**	**2,25**	**2,9**
	Обед							
71/54-2з	Огурец свежий в нарезке	40	0,33	0	1,2	6,07	4	
17/54-6с	Суп картофельный с клецками	200	4,6	3,2	12,96	99,02	9,2	
29/б/н	Гуляш из отварной говядины	60	16	14,1	4,2	207	0,5	
20/65	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,18	4,23	28,85	184,9	0	
64/54-7хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	22,7	93,2	0	
48/б/н	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,52	46,2	0	
49/б/н	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,6	1,36	9,32	55,92	0	
	Итого за прием	**670**	**31,89**	**17,86**	**88,75**	**692,31**	**13,7**	**41,95**
	Уплотненный полдник							
39/54-7м	Шницель из говядины	75	14,1	11,9	11,4	209	0	
37/54-19г	Капуста белокочанная тушённая	130	2,51	22,88	7,97	247,87	70,2	
67/54-3гн	Чай чёрный с лимоном	200	0,3	0	6,7	27,6	0,7	
82/140б	Фрукт (груша)	100	0,32	0,24	8,24	36,07	4	
48/б/н	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,52	46,2	0	
	Итого за прием	**525**	**18,81**	**35,22**	**43,83**	**566,74**	**74,9**	**36,3**
	Итого за день	**2000**	**53,68**	**48,28**	**205,94**	**1696,58**	**93,34**	**102,82**

Заведующий МБДОУ №1 Уролова Е.Ю.