

№ ТК (ТТК/М) реш	Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание																			
	Примечание/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность ккал	Витамины				Минеральные вещества									
			Б	Ж	У		А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	Na	Se	F	
Третья неделя, день 1																				
Завтрак																				
15/182	Каши жидкая молочная	200	6.95	4.99	21.54	167.89	28.892	0.115	0.225	0.800	0.086	1.492	168.568	59.160	181.095	259.915	0.012	0.005	0.058	
36/513/514	Кофейный напиток с молоком	200	1.76	1.37	9.64	57.90	7.920	0.026	0.074	0.312	0.018	0.161	70.269	13.328	58.583	121.717	0.005	0.002	0.126	
3/96/97	Бутерброд с маслом и сыром	53	5.04	3.93	17.48	125.78	23.800	0.044	0.046	0.065	0.066	0.434	29.780	7.890	54.670	48.410	0.002	0.006	0.009	
	Итого	453	13.75	10.29	48.66	351.57	60.612	0.185	0.345	1.177	0.170	2.087	268.617	80.378	294.348	430.082	0.019	0.013	0.193	
2 завтрак																				
8/9/535/534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	130	3.38	1.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026	
	Итого	130	3.38	1.70	5.56	69.37	28.600	0.052	0.221	0.910	0.039	0.130	156.000	18.200	117.000	189.800	0.012	0.002	0.026	
Обед																				
72/121	Пюре кабачковая (промышленного производства)	50	0.95	4.45	3.85	59.50	76.500	0.012	0.025	1.500	0.000	1.550	20.500	7.500	18.500	157.500	0.000	0.000	0.000	
5/144	Щи из свежей капусты со сметаной, с маслом	200	3.43	3.80	8.67	82.57	112.593	0.053	0.056	10.264	0.004	0.719	35.643	18.818	52.712	322.793	0.004	0.001	0.152	
6/373	Плов с мясом	180	17.32	14.04	32.72	326.28	180.9	0.065	0.114	0.864	0.04	1.4	30.722	28.649	173.862	199.42	0.005	0.006	0.1	
22/479	Каша из ячменя свежемороженой	200	0.13	0.09	14.99	62.35	1.440	0.002	0.004	2.700	0.000	0.097	14.975	2.809	7.909	17.358	0.000	0.000	0.157	
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003	
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009	
	Итого	675	24.58	22.79	81.27	630.20	371.43	0.18	0.21	17.33	0.04	4.71	110.34	65.58	288.98	751.42	0.01	0.01	0.42	
Полдник 2																				
8/9/535/534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	6.4	7.11	8.89	131.11	48.89	0.067	0.378	1.56	0.111	0.222	266.667	31.111	211.111	324.44	0.02	0.004	0.044	
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастиль, зефир)	55	1.54	1.87	42.52	194.70	1.650	0.020	0.020	0.000	0.000	0.830	8.800	5.500	19.800	77.000	0.000	0.000	0.000	
	Итого	255	7.94	8.93	51.41	325.81	50.540	0.087	0.398	1.560	0.111	1.052	275.467	36.611	230.911	401.440	0.020	0.004	0.044	
Ужин																				
18/112/113	Овощи натуральные соевые или свежие	50	0.40	0.05	0.85	6.50	2.500	0.010	0.010	2.500	0.000	0.300	11.500	7.000	12.000	70.500	0.000	0.000	0.000	
96/341	Суп рыбный	70	13.13	4.91	1.95	104.58	117.628	0.074	0.132	0.563	0.487	0.921	45.168	40.847	190.933	301.927	0.101	0.014	0.446	
32/434	Картофельное пюре	150	3.00	3.28	19.89	121.04	15.230	0.117	0.100	10.310	0.055	1.023	34.453	28.101	81.954	627.646	0.008	0.001	0.038	
ГП	Салат фруктовый (овощной)	200	2.00	0.20	5.80	36.00	100.000	0.060	0.060	20.000	0.000	1.400	14.000	24.000	64.000	480.000	0.000	0.000	0.000	
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009	
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004	
	Итого	520	21.66	8.89	51.99	379.37	235.36	0.31	0.31	33.37	0.54	4.64	114.62	108.44	388.14	1541.07	0.11	0.02	0.52	
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	1.750	0.450	0.300	0.000	0.000	
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	21.170	6.960	0.000	0.000	0.000	0.000	0.500	
			Б	Ж	У	Эн/г	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	Na	Se	F	
	Итого за день		71.31	54.60	238.89	1756.32	746.54	0.81	1.48	54.35	0.91	12.77	964.57	317.27	1323.13	3314.27	0.38	0.05	1.70	
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000	
	Процент удовлетворения суточной потребности		132.06	91.00	91.53	97.57	149.309	90.333	148.300	108.696	9.060	127.690	107.174	158.634	165.391	552.378	375.000	235.000	85.050	