

день: пятница

неделя: вторая

Сезон: осенне - зимний

Возрастная категория от 1.5-3лет

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины мг			Минеральные вещества, мг	
			Б	Ж	У		B1	B2	C	Ca	Fe
Завтрак	Каша овсяная молочная жидкая	150/4	5.0	7.4	20.3	167	0.10	0.12	0.17	104.42	0.88
	Чай с сахаром и молоком	150/12	1.1	1.2	15.3	74	0.01	0.05	0.21	42.64	0.07
	Бутерброд с маслом и сыром	35	4.5	6.0	13.2	127	0.04	0.05	0.03	85.80	0.59
10.30	Сок натуральный	100	0.00	0.00	12.0	48	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Всего			10.6	14.6	60.8	416	0.15	0.22	0.41	232.86	1.54
Обед	Салат «Пестрый»	40	0.4	1.8	3.8	33	0.01	0.01	0.66	9.50	0.51
	Суп картофельный с крупой	150 120/4	1.6	1.6	11.6	68	0.05	0.04	4.20	9.48	0.55
	Картофельное пюре	50	2.8	3.8	11.8	94	0.09	0.09	8.53	28.49	0.83
	Котлеты рыбные	150	7.4	5.7	6.4	107	0.05	0.05	0.07	20.85	0.56
	Компот из сухофруктов	40	1.8	0.1	31.0	128	0.03	0.06	0.60	53.20	1.08
	Хлеб ржаной		3.36	0.66	25.97	119	0.03	0.03	0.02	75.20	0.50
Всего			17.36	13.6 6	90.57	549	0.26	0.28	14.08	196.72	4.03
Полдник	Каша манная молочная жидкая	150/4	4.5	6.1	22	161	0.05	0.11	0.16	94.10	0.31
	Кисель из конц.на п\я экс.	150	0.00	0.00	1.5	89	0.00	0.00	0.00	0.02	0.02
	Хлеб пшеничный	35	3.36	0.66	25.97	119	0.03	0.03	0.02	75.20	0.50
	Яблоко	95	0.28	0.00	6.86	31.5	0.01	0.01	1.20	4.49	0.60
Всего			8.14	6.76	56.33	400	0.09	0.15	1.38	173.81	1.43
Итого			36.1	35.0 2	207.7	1365	0.5	0.65	15.87	603.39	7.00