

Гладкова Т.А.
Траф

Град

Организация, осуществляющая питание:
ИП Юсупов А.С.

наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергети ческая ценность Ккал.	вита мин С	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергети ческая ценность Ккал	вита мин С	№ рецеп туры	
		белки	жиры	углевод ы				белки	жиры	углевод ы				
Возраст 1-3 лет							Возраст 3-7 лет							
Завтрак														
Омлет натуральный	80	3,92	6,55	1,16	79,24	0,25	85	3,92	6,55	1,16	79,24	0,25	215	
Икра кабачковая консервированная	40	1,1	5,3	4,6	71,4	4,2	60	1,1	5,3	4,6	71,4	4,2		
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,42	7,52	15,13	139,6	0	180	3,25	3,29	12,68	88,32	1,3	395	
Кофейный напиток с молоком	150	3,1	3,27	12,68	88,32	1,3	30/10	2,42	7,52	15,13	139,6	0	1	
Второй завтрак														
Яблоко	115	0,46	0,34	10,9	48,3	5,75	115	0,46	0,34	10,9	48,3	5,75	368	
Обед														
(Овощи по сезону) салат «Свежесть»	40	0,6	4,04	1,76	46		60	0,9	6,06	2,64	69		ТТК 56	
Суп гороховый	150	4	4,19	14,47	99,93	8,55	200	5,34	5,59	19,29	133,24	11,4	81	
Макаронные изделия отварные	120	4,4	3,38	21,1	132,4	0	155	5,68	4,36	27,25	171	0	205	
Гуляш из отварного мяса	65	15,66	13,97	3,97	201,64	2,69	75	15,66	13,97	3,97	201,64	2,69	277	
Компот из смеси сухофруктов	150	0,16	0	11,48	44,29	0,14	180	0,16	0	11,48	44,29	0,14	376	
Хлеб ржаной	30	2,5	0,4	12,9	65,2	0	38	2,5	0,4	12,9	65,2	0		
Хлеб пшеничный формовой в/с	14	2,05	0,35	9,03	48,8	0	30	2,34	0,27	15	73,5	0		
Полдник														
Сок фруктовый консервированный	187	0,9	0	17	72	3,75	200			22,5	92	3,75		
Вафли	50	1,4	1,7	38,7	177		50	1,4	1,7	38,7	177			
итого за 3 день	1231	42,67	51,01	173,88	1314,12	26,63	1468	43,73	53,65	198.2	1453.73	29.48		