

продленка

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

Характеристика питающихся: Без особенностей

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 1 Понедельник					
	Завтрак					
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4.5	3.2	22.6	136.9
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	2.8	12.3
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
	Итого за Завтрак	480	7	3.4	40.2	219.5
	Итого за день	480	7	3.4	40.2	219.5
	Неделя 1 Вторник					
	Завтрак					
54-22с	Борщ с капустой и картофелем	250	3.1	4	8.8	83.5
54-10гн	Чай с клюквой и сахаром	200	0.2	0.1	3.2	14.3
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
	Итого за Завтрак	480	5.6	4.3	26.8	168.1
	Итого за день	480	5.6	4.3	26.8	168.1
	Неделя 1 Среда					
	Завтрак					
54-11с	Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая)	250	3.8	5.6	13.6	120.4
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	2.8	12.3
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
	Итого за Завтрак	480	6.3	5.8	31.2	203
	Итого за день	480	6.3	5.8	31.2	203
	Неделя 1 Четверг					
	Завтрак					
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4	2.4	18.9	113.5
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	2.8	12.3
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
	Итого за Завтрак	480	6.5	2.6	36.5	196.1
	Итого за день	480	6.5	2.6	36.5	196.1
	Неделя 1 Пятница					
	Завтрак					
54-22с	Борщ с капустой и картофелем	250	3.1	4	8.8	83.5
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	2.8	12.3
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
	Итого за Завтрак	480	5.6	4.2	26.4	166.1
	Итого за день	480	5.6	4.2	26.4	166.1
	Неделя 2 Понедельник					
	Завтрак					

54-11с	Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая)	250	3.8	5.6	13.6	120.4
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	2.8	12.3
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
	Итого за Завтрак	480	6.3	5.8	31.2	203
	Итого за день	480	6.3	5.8	31.2	203
	Неделя 2 Вторник					
	Завтрак					
54-3с	Рассольник Ленинградский	250	3.8	6.9	16.5	143.4
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	2.8	12.3
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
	Итого за Завтрак	480	6.3	7.1	34.1	226
	Итого за день	480	6.3	7.1	34.1	226
	Неделя 2 Среда					
	Завтрак					
54-22с	Борщ с капустой и картофелем	250	3.1	4	8.8	83.5
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	2.8	12.3
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
	Итого за Завтрак	480	5.6	4.2	26.4	166.1
	Итого за день	480	5.6	4.2	26.4	166.1
	Неделя 2 Четверг					
	Завтрак					
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4	2.4	18.9	113.5
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	2.8	12.3
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
	Итого за Завтрак	480	6.5	2.6	36.5	196.1
	Итого за день	480	6.5	2.6	36.5	196.1
	Неделя 2 Пятница					
	Завтрак					
54-3с	Рассольник Ленинградский	250	3.8	6.9	16.5	143.4
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	2.8	12.3
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
	Итого за Завтрак	480	6.3	7.1	34.1	226
	Итого за день	480	6.3	7.1	34.1	226

Средние показатели за период

Прием пищи	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Завтрак	480	6.2	4.7	32.3	197
Среднее значение за период	480	6.2	4.7	32.3	197