

| Прием<br>пищи       | Наименование блюда            | Вес<br>блюда |            | Пищевые вещества |            |            |            |            |            | Энергетическа<br>я ценность |            | №<br>рецеп<br>туры |
|---------------------|-------------------------------|--------------|------------|------------------|------------|------------|------------|------------|------------|-----------------------------|------------|--------------------|
|                     |                               |              |            | Белки            |            | Жиры       |            | Углеводы   |            |                             |            |                    |
| Неделя4<br>День 18  |                               | 1-3<br>лет   | 3-7<br>лет | 1-3<br>лет       | 3-7<br>лет | 1-3<br>лет | 3-7<br>лет | 1-3<br>лет | 3-7<br>лет | 1-3<br>лет                  | 3-7<br>лет |                    |
| Завтрак             | Каша кукурузная молочная      | 150          | 200        | 3.26             | 6.52       | 0.48       | 0.96       | 23.45      | 31.17      | 132.78                      | 164.41     | 317                |
|                     | Бутерброд с маслом            | 35/7         | 45/10      | 2,36             | 2.95       | 7.49       | 9.37       | 14.9       | 18.6       | 136                         | 170        | 1                  |
|                     | Чай с сахаром                 | 180          | 200        | 0.09             | 0.1        | 0          | 0          | 6.75       | 7.5        | 26.1                        | 29         | 160                |
| Итого за<br>завтрак |                               |              |            | 5.71             | 9.57       | 18.6       | 26.71      | 59.68      | 75.04      | 436.04                      | 707.59     |                    |
| 2 завтрак           | Банан                         | 100          | 100        | 0.5              | 0.5        | 1.5        | 1.5        | 21         | 21         | 96                          | 96         | 156                |
| Обед                | Рассольник с курой и сметаной | 180          | 200        | 3.8              | 7.6        | 5.7        | 6.14       | 9.0        | 11         | 104.3                       | 138.6      | 90                 |
|                     | Хлеб пшеничный                | 40           | 50         | 3.04             | 3.8        | 0.32       | 0.4        | 19.7       | 24.6       | 94                          | 118        | 114                |
|                     | Горошница                     | 120          | 150        | 9.32             | 10.4       | 11.68      | 13.1       | 36.44      | 48.05      | 312.74                      | 312.74     | 257                |
|                     | Помидор свежий                | 40           | 60         | 0.49             | 0.7        | 0.1        | 0.15       | 1.7        | 2.45       | 9.69                        | 14         | 14                 |
|                     | Компот из с/ф                 | 180          | 200        | 0.33             | 0.66       | 0.015      | 0.03       | 20.82      | 41.64      | 184.75                      | 269.5      | 376                |
| Итого за<br>обед    |                               |              |            | 16.98            | 23.16      | 12.738     | 14.32      | 87.9       | 107.97     | 563.21                      | 604.58     |                    |
| Полдник             | Ватрушка французская          | 150          | 200        | 12               | 14         | 14         | 18         | 36.3       | 58.4       | 313                         | 384        | 266                |
|                     | Чай с сахаром                 | 180          | 200        | 0.09             | 0.1        | 0          | 0          | 6.75       | 7.5        | 26.1                        | 29         | 160                |
| Итого за<br>полдник |                               |              |            | 12.09            | 14.1       | 14         | 18         | 43.05      | 65.9       | 339.1                       | 413        |                    |
| Итого за<br>18 день |                               |              |            | 35.28            | 47.33      | 45.73      | 59.43      | 200.43     | 258.71     | 1385.35                     | 1772.17    |                    |