

| Прием<br>пищи       | Наименование блюда                                 | Вес блюда  |            | Пищевые вещества |            |            |            |            |            | Энергетическая<br>ценность |            | №<br>рецеп<br>туры |
|---------------------|----------------------------------------------------|------------|------------|------------------|------------|------------|------------|------------|------------|----------------------------|------------|--------------------|
|                     |                                                    |            |            | Белки            |            | Жиры       |            | Углеводы   |            |                            |            |                    |
| Неделя1<br>День 1   |                                                    | 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 молочная «Дружба»                             | 150        | 200        | 4.14             | 5.32       | 6.72       | 8.96       | 25.6       | 34.1       | 181                        | 198        | 260                |
|                     | Чай с лимоном                                      | 180        | 200        | 0.1              | 0.2        | 0          | 0          | 9.9        | 19.8       | 40.7                       | 81.4       | 89                 |
|                     | Бутерброд с маслом                                 | 35/7       | 45/10      | 2,36             | 2.95       | 7.49       | 9.37       | 14.9       | 18.6       | 136                        | 170        | 1                  |
| Итого за<br>завтрак |                                                    |            |            | 6.6              | 8.47       | 14.21      | 18.33      | 50.4       | 72.5       | 357.7                      | 449.4      |                    |
| 2 завтрак           | Сок фруктовый                                      | 100        | 100        | 0.5              | 0.5        | 0.1        | 0.1        | 9.9        | 9.9        | 43                         | 43         | 442                |
| Обед                | Суп крестьянский с<br>крупой на курином<br>бульоне | 180        | 200        | 2.55             | 4.1        | 0.86       | 1.72       | 8.45       | 16.9       | 57.12                      | 84.76      | 160                |
|                     | Хлеб пшеничный                                     | 40         | 50         | 3.04             | 3.8        | 0.32       | 0.4        | 19.7       | 24.6       | 94                         | 118        | 114                |
|                     | Жаркое по- домашнему                               | 120        | 150        | 15.80<br>8       | 16.21<br>2 | 5.338      | 8.07       | 18.496     | 27.744     | 205.03                     | 287.54     | 276                |
|                     | Сельдь с луком                                     | -          | 80         | -                | 5.66       | -          | 12.66      | -          | 2.14       | -                          | 128        | 51                 |
|                     | Компот из<br>свежемороженных ягод                  | 180        | 200        | 0.612            | 0.68       | 0.252      | 0.28       | 18.7       | 20.8       | 79.4                       | 88.2       | 127                |
| Итого за<br>обед    |                                                    |            |            | 22.01            | 30.45      | 6.77       | 23.13      | 65.34      | 92.18      | 435.55                     | 706.5      |                    |
| Полдник             | Ватрушка с сыром                                   | 70         | 80         | 7.15             | 8.93       | 13.43      | 14.78      | 58.33      | 72.91      | 382.27                     | 477.8      | 477                |
|                     | Кофейный напиток на<br>молоке                      | 180        | 200        | 4.12             | 4.96       | 3.55       | 4.28       | 6.82       | 8.21       | 76.68                      | 92.34      | 85                 |
| Итого за<br>полдник |                                                    |            |            | 11.27            | 13.89      | 16.98      | 19.06      | 65.15      | 81.12      | 458.95                     | 570.14     |                    |
| Итого за 1<br>день  |                                                    |            |            | 40.38            | 53.31      | 38.06      | 60.62      | 190.79     | 255.7      | 1295.2                     | 1769.04    |                    |