

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическа я ценность		№ рецеп туры
				Белки		Жиры		Углеводы				
Неделя4 День 20		1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	4.2	5.62	3.015	4.02	7.62	10.16	68.73	91.64	39
	Бутерброд с маслом	35/7	45/1 0	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 завтрак				6.65	8.67	10.50 5	13.39	29.27	36.26	230.83	290.64	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	100	0.5	0.5	0.1	0.1	9.9	9.9	43	43	442
Обед	Борщ со сметаной на курином бульоне	180	200	7.28	9.2	12.06	16.4	7.74	8.6	237.48	297.2	63
	Хлеб пшеничный	40	50	3.04	3.8	0.32	0.4	19.7	24.6	94	118	114
	Плов из курицы	120	150	9.7	13.37	13.12	15.25	26.52	33.15	273.2	391.5	122
	Салат из свежих овощей	40	60	0.509	0.678	1.44	1.91	2.12	2.83	35.6	47.5	31
	Кисель яблочный	180	200	0.09	0.1	0	0	24.93	27.7	66.82	87.58	160218
Итого за обед				20.619	27.14 8	26.94 5	33.96	81.01	96.88	707.1	941.78	
Полдник	Булочка «Творожная»	70	80	9.16	10.46	4.24	6.85	34.71	39.66	214.2	244.8	483
	Чай с лимоном	180	200	0.1	0.2	0	0	9.9	12.8	40.7	61.4	89
Итого за полдник				9.26	10.66	4.24	6.85	44.61	52.46	254.9	306.2	
Итого за 20 день				37.029	46.97 8	41.79	54.3	164.79	195.5	1235.83	1581.6 2	
Всего за 20 дней				768.98	1029. 048	827.2 7	1150. 3	3348.2 63	4866.8 6	25470.56	34208. 03	
Среднее за 20 дней				38.44	51.45	41.36	57.51	167.41	243.34	1273.52	1710.4	

