

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
Неделя1 День 4		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	Каша гречневая молочная	150	200	6.5	6.66	7.29	8.4	35.1	33.5	211	231	96
	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 завтрак				8.95	9.71	14.78	17.77	56.75	59.6	373.1	430	
2 завтрак	Снежок	100	100	4.06	4.06	4.48	4.48	5.6	5.6	82.6	82.6	21
Обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	200	4.77	6.54	3.726	5.452	21.124	34.248	97.2	164.4	83
	Хлеб пшеничный	40	50	3.04	3.8	0.32	0.4	19.7	24.6	94	118	114
	Рагу овощное	120	150	8.22	10.98	11	13.8	24.4	30.5	174	217	8
	Компот из чернослива	180	200	0.33	0.66	0.015	0.03	20.82	31.64	84.75	169.5	376
Итого за обед				16.36	21.98	15.061	19.682	86.04	120.988	449.95	668.9	
Полдник	Омлет с сыром	150	200	9.03	13.9	12.43	16.24	2.55	3.4	347.51	463.34	211
	Хлеб пшеничный	40	50	3.04	3.8	0.32	0.4	19.7	24.6	94	118	114
	Чай с сахаром	180	200	0.09	0.1	0	0	6.75	7.5	26.1	29	160
Итого за полдник				12.16	17.8	12.75	16.64	29	35.5	467.61	610.34	
Итого за 4 день				41.53	53.55	47.07	58.57	177.39	221.68	1373.26	1791.84	