

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
Неделя 2 День 6		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 геркулесовая молочная	150	200	2.41	3.61	3.18	4.77	28.44	32.66	152.72	229.08	189
	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				4.86	6.66	10.67	14.14	50.09	58.76	314.82	428.08	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	100	0.5	0.5	0.1	0.1	9.9	9.9	43	43	442
Обед	Рассольник с курой и сметаной	180	200	4.3	6.5	9.9	12.2	17.51	22.09	105	150	90
	Хлеб пшеничный	40	50	3.04	3.8	0.32	0.4	19.7	24.6	94	118	114
	Макаронные изделия отварные	120	150	4.61	5.76	2.66	4.825	24.9	31.1	124	155	204
	Бефстроганов из отварной говядины в молочно-сметанном соусе	60	80	10.04	13.38	9.47	12.62	2.55	3.4	135.49	180.66	91
	Салат из белокочанной капусты с морковью	40	60	0.77	1.28	0.054	0.09	5.12	8.53	21.24	35.4	2
	Компот из свежих яблок	180	200	0.18	0.2	0	0	22.5	25	88	97.8	414
Итого за обед				22.94	30.92	22.40	30.135	92.28	114.72	567.73	736.86	
Полдник	Пудинг рисовый	150	200	4.74	6.32	6.83	9.1	25.43	43.9	302.31	346.05	190
	Джем ягодный	30	40	0.15	0.2	0	0	11.5	13.6	73.5	91.7	4
	Какао с молоком	180	200	4.14	4.6	3.87	4.3	11.16	12.4	96.03	106.7	141
Итого за полдник				9.03	11.12	10.7	13.4	48.09	69.9	471.84	544.45	
Итого за 6 день				37.33	49.2	43.87	57.77	200.36	253.28	1397.39	1752.39	

