

| Прием<br>пищи       | Наименование блюда                     | Вес<br>блюда |            | Пищевые вещества |            |            |            |            |            | Энергетическа<br>я ценность |            | №<br>рецеп<br>туры |
|---------------------|----------------------------------------|--------------|------------|------------------|------------|------------|------------|------------|------------|-----------------------------|------------|--------------------|
|                     |                                        |              |            | Белки            |            | Жиры       |            | Углеводы   |            |                             |            |                    |
| Неделя2<br>День 8   |                                        | 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 манная молочная                   | 150          | 200        | 3.1              | 6.2        | 6.0        | 12         | 23.8       | 47.6       | 170.2                       | 340.4      | 32                 |
|                     | 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 |                                        |              |            | 5.55             | 9.25       | 13.49      | 21.37      | 45.45      | 73.7       | 332.3                       | 539.4      |                    |
| 2 завтрак           | Яблоко                                 | 100          | 100        | 0.4              | 0.4        | 0.4        | 0.4        | 9.8        | 9.8        | 47                          | 47         | 78                 |
| Обед                | Борщ со сметаной на<br>курином бульоне | 180          | 200        | 5.3              | 7.53       | 7.2        | 7.35       | 15.98      | 18.2       | 167.21                      | 202.3      | 63                 |
|                     | Хлеб пшеничный                         | 40           | 50         | 3.04             | 3.8        | 0.32       | 0.4        | 19.7       | 24.6       | 94                          | 118        | 114                |
|                     | Рис отварной                           | 120          | 150        | 3.1              | 4.65       | 5.4        | 7.8        | 22.3       | 25.45      | 141                         | 170.5      | 315                |
|                     | Зразы рыбные с яйцами                  | 60           | 80         | 8.72             | 11.63      | 3.64       | 4.85       | 9.07       | 12.1       | 104.25                      | 139        | 265                |
|                     | Соус красный основной                  | 30           | 40         | 0.48             | 0.69       | 1.37       | 1.95       | 2.16       | 3.09       | 21.7                        | 31         | 7                  |
|                     | Компот лимонный                        | 180          | 200        | 0.05             | 0.1        | 0.02       | 0.04       | 12.23      | 22.46      | 49.07                       | 98.14      | 436                |
| Итого за<br>обед    |                                        |              |            | 20.69            | 28.4       | 17.95      | 22.39      | 81.44      | 105.9      | 577.23                      | 758.94     |                    |
| Полдник             | Пирожок печеный с<br>повидлом          | 70           | 80         | 6.93             | 7.7        | 7.07       | 9.9        | 22         | 30.8       | 181                         | 254        | 451                |
|                     | Кофейный напиток на<br>молоке          | 180          | 200        | 3.5              | 7          | 2.8        | 5.6        | 15.7       | 31.4       | 102.9                       | 135.8      | 85                 |
| Итого за<br>полдник |                                        |              |            | 10.43            | 14.7       | 9.87       | 15.5       | 37.7       | 62.2       | 283.9                       | 389.8      |                    |
| Итого за<br>8 день  |                                        |              |            | 37.07            | 52.75      | 41.71      | 59.66      | 174.39     | 251.6      | 1240.43                     | 1735.14    |                    |

