

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическа я ценность		№ рецеп туры
				Белки		Жиры		Углеводы				
Неделя2 День 9		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	Макароны с сыром	150	200	3.26	6.52	10.94	11.92	25.59	34.12	250.8	334.4	204
	Батон нарезной	35	45	2.63	3.38	1.02	1.31	17.99	23.12	181	117.9	117
	Масло сливочное	7	10	0.04	0.05	5.78	8.25	0.06	0.08	52.36	74.8	111
	Чай с молоком	180	200	1.55	1.72	1.3	1.44	20.2	22.4	96.6	107	93
Итого за завтрак				7.48	11.67	19.04	22.92	63.84	79.72	294.88	464.56	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	100	0.5	0.5	0.1	0.1	9.9	9.9	43	43	442
Обед	Суп гречневый на курином бульоне	180	200	4.2	5.4	5.2	6.4	18.2	36.4	117.4	204.8	80
	Хлеб пшеничный	40	50	3.04	3.8	0.32	0.4	19.7	24.6	94	118	114
	Пюре картофельное	120	150	3.1	4.65	5.4	7.8	20.3	25.45	141	170.5	335
	Печень по - Строгановски	60	80	8.08	10.6	4.046	5.05	17.485	19.1	85.057	106.32	104
	Кисель из замороженных ягод	180	200	0.05	0.1	0.02	0.04	12.23	22.46	49.07	98.14	160203
Итого за обед				18.47	24.55	14.98 6	19.69	87.915	128.01	683.48	980.82	
Полдник	Вареники ленивые (с маслом)	150	200	14.59	16.78	13.17	17.56	20.85	27.8	290.25	387	228
	Чай с сахаром	180	200	0.09	0.1	0	0	6.75	7.5	26.1	29	160
Итого за полдник				14.68	16.88	13.17	17.56	27.6	35.3	260.75	294	
Итого за 9 день				41.13	53.6	47.29	60.27	189.25	252.93	1282.11	1782.3 8	