

<i>2 неделя - Понедельник</i>		<i>С 1-3 лет</i>						<i>С 3-8 лет</i>					
№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность Ккал	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность Ккал
			Б	Ж	У	С			Б	Ж	У	С	
1 завтрак													
88	Каша пшеничная вязкая гр 1,2,6,7	150	6,4	8,92	28,53	22,65	218,85						
204	Макаронные изделия отварные	150	4,92	3,77	23,61		148,2	180	5,68	4,36	27,25	0	171
11	Батон	30	2,2	0,9	15	0	75	30	2,2	0,9	15	0	75
5	Масло сливочное	5	0,05	4,13	0,7	0	48,51	7	0,07	5,78	0,98	0	67,91
393	Чай с лимоном	150/7	0,12	0,02	10,20	2,83	41	180/7	0,12	0,02	10,2	2,83	41
	Итого:		13,69	17,74	78,04	25,48	531,56		8,07	11,06	53,43	2,83	354,91
2 завтрак													
399	Сок фруктовый	100	0,9	0	18,18	3,6	76	100	0,9	0	18,18	3,6	76
Обед													
	Огурец соленый долькой*	30	0,57	1,82	2,5	2,85	27,75	40	0,77	2,43	3,34	3,8	37,56
56	Щи из свежей капусты, с мясом и со сметаной	150/6/8	3,28	4,8	16,76	7,12	120,88	200/8/10	4,97	6,19	21,3	9	152,84
206	Картофельное пюре	110	2,34	4,44	17,08	14,36	117,67	130	2,77	5,72	20,19	17,95	138,71
161	Котлеты, биточки, шницели из говядины	50	7,03	5,73	5,11	0,58	99,38	70	9,84	8,02	7,015	0,81	139,13
374	Напиток клюквенный (смородиновый)	150	0,12	0	21,89	0,87	58,72	180	0,14	0	21,7	1,56	59,96
2	Хлеб пшеничный	30	2,35	6,55	13,62	0	126	50	3,06	9,43	18,27	0	170
1	Хлеб ржаной	40	2,45	7,55	14,62	0	136	50	2,55	8,55	15,62	0	146
	Итого:		18,14	30,89	91,58	25,78	686,4		24,1	40,34	107,435	33,12	844,2
Полдник													
177	Каша гречневая вязкая	150	7,51	8,34	30,44	0,91	227	200	10,06	11,34	41,26	1,22	307
б/н	печенье	9	0,74	1,53	6	2,7	40,31	18	1,48	3,06	12	5,4	80,26
263	Чай с сахаром	150	0	0	8,98	0,27	30	180	0	0	11,98	0,35	43
	Итого:		8,25	9,87	45,42	3,88	297,31		11,54	14,4	65,24	6,97	430,26
	Итого за день:		40,98	58,5	233,22	58,74	1591,27		44,61	65,8	244,285	46,52	1705,37

331	Рагу овощное	75	1,89	5,97	15,77	26,79	124,44	100	1,89	5,97	15,77	26,79	174,44
б/н	Батон	30	2,2	0,9	15	0	75	30	2,2	0,9	15	0	75

27	Борщ с капустой св., мясом	150	2,82	4,79	7,83	7,8	93,69	200	3,52	5,98	9,78	9,74	117
391	Чай с сахаром	150	0,09	0	9,03	0,18	36,48	180	0,1	0	10,84	0,18	43,78

I

1