

Возрастная категория: 1,5-3лет весна-лето

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	№ рецепту- ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6 (понедельник)							
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная пшениая(пшено,молоко 3,2%,сахар,м/сл)	150	1,50	3,00	51,90	194,78	173
	Бутерброд с маслом (сливочным или шоколадным)(батон,м/сл)	23	1,44	3,36	9,54	74,24	1
	Чай с сахаром(чай в.с.,сахар)	150	0,09	0,00	6,66	26,1	376
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	323	3,03	6,36	68,10	295,12	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,41	0,08	13,10	70	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,41	0,08	13,10	70	
ОБЕД	Салат из моркови с курагой(морковь,курага,сахар)	30	0,51	0,42	4,95	25,59	63
	Суп из овощей(капуста,картофель,морковь,лук,горошек зелен,бульон кур)	180	13,16	12,29	22,19	216,86	99
	Плов из птицы или кролика(курица,м/р,лук,морковь,т.паста,к-парисовая)	110	8,66	9,75	13,21	142,11	291
	Компот из смеси сухофруктов(смесь сухофруктов,сахар)	150	0,04	0,00	9,87	37,6	349
	Хлеб пшеничный	18	1,42	0,18	0,38	42,08	Н
	Хлеб ржано-пшеничный	19	1,06	0,21	0,46	43,68	Н
	ИТОГО ЗА ОБЕД	507	24,85	22,85	51,06	507,92	Н
ПОЛДНИК	вафли	25	0,55	0,70	27,77	95,5	10.10.1.1
	Кисель из плодово-ягодного концентрата	160	0,00	0,00	2,91	11,87	359
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		185	0,55	0,7	30,68	107,4	
УЖИН	Суп молочный с крупой гречневой(молоко 3,2%,гречка,сл/м,сахар)	150	3,07	6,17	38,18	195,71	121,00
	Чай с лимоном(чай, в.с.,сах,лимон)	180	0,41	0,00	8,23	72	377
	Хлеб пшеничный	18	1,42	0,18	0,38	42,08	Н
	Хлеб ржано-пшеничный	19	1,06	0,21	0,46	43,68	Н
ИТОГО ЗА УЖИН		367	5,96	6,56	47,25	353,47	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1482	34,8	36,55	210,19	1333,9	