

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли/сад	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 день 1							
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	150/180	2,4/2,88	3,7/4,44	22,5/32	105,8/135,8	199
	Какао с молоком	180/200	3,25/3,61	3,59/3,98	14,2/15,76	98,8/109,67	416
	Бутерброд с маслом	30/40	1,5/2	4,2/5,59	7/9,31	98,2/130,61	1
Итого за завтрак			7,15/8,49	11,49/14,01	43,7/57,07	302,8/376,08	
2 Завтрак	Фрукты свежие (по сезону)	100/100	1,5/1,5	0,5/0,5	20,95/20,95	88,51/88,51	386
Итого за 2 завтрак			1,5/1,5	0,5/0,5	20,95/20,95	88,51/88,51	
Обед	Овощи свежие или соленные порционно	40/50	0,28/0,35	0,04/0,05	0,75/0,94	4,48/5,58	16
	Борщ со свежей капустой, мясом и сметанной	150/180	2,7/3,24	3,8/4,56	10,2/12,24	98,5/158,2	82
	Плов из птицы	160/200	8,4/12,5	10,75/14,5	16,49/32,5	207,63/295,2	321
	Компот из смеси сухофруктов	150/180	0,33/0,4	0,02/0,02	20,83/25	85/102	394
	Хлеб пшеничный	20/25	1,52/1,9	0,15/0,19	9,82/12,3	46,08/57,75	
	Хлеб ржаной	30/35	1,3/1,52	0,4/0,47	9,88/11,56	50,98/59,65	
Итого за обед			14,53/19,91	15,16/19,79	67,97/94,54	492,67/678,38	
Полдник	Пицца «детская»	50/50	3,2/3,2	4,8/4,8	10,2/10,2	102,1/102,1	448
	Кисломолочный продукт	180/200	3,5/3,89	4,2/4,66	7,1/7,88	85,2/94,57	420
Итого за полдник			6,7/7,09	9/9,46	17,3/18,08	187,3/196,67	