

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли/сад	Пищевые вещества			Энерги тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 день 10							
Завтрак	Омлет натуральный	150/160	7,5/8,03	10/10,7	3,4/3,64	195,8/209,51	237
	Чай с сахаром	180/200	0/0	0/0	13,94/15,47	52,15/57,89	264
	Бутерброд с сыром	30/40	3,17/4,22	4,62/6,14	9,77/12,99	93,22/123,98	3
Итого за завтрак			10,67/12,25	14,62/16,84	27,11/32,1	341,17/391,38	
2 Завтрак	Соки овощные, фруктовые, ягодные	100/100	0,4/0,4	0/0	9,2/9,2	45,5/45,5	418
Итого за 2 завтрак			0,4/0,4	0/0	9,2/9,2	45,5/45,5	
Обед	Овощи свежие или соленые порционно	40/50	0,28/0,35	0,04/0,05	0,75/0,94	4,48/5,58	16
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150/200	2,34/3,11	1,68/2,23	12/20,2	72,6/126,8	140
	Запеканка картофельная с мясом	160/200	5,8/9,3	6,2/8,56	18,42/25	228,75/296,2	308
	Компот из свежих плодов	180/200	0,45/0,2	0,45/0,2	10,5/27,87	50,55/114,89	636/394
	Хлеб пшеничный	15/20	1,52/1,52	0,15/0,15	9,84/9,84	46,2/46,2	
	Хлеб ржаной	30/40	1,3/1,73	0,4/0,53	9,88/13,14	50,98/67,8	
Итого за обед			11,69/16,21	8,92/11,67	61,39/96,99	453,56/651,89	
Полдник	Кондитерские изделия	30/50	1,22/2,04	1,55/2,59	17,45/29,14	65,2/108,88	10.10.12
	Молоко кипяченое	180/200	5,4/5,86	5/6,5	10,87/12,07	122,28/135,73	419
Итого за полдник			6,62/7,9	6,55/9,09	28,32/41,21	187,48/244,61	