

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли/сад	Пищевые вещества			Энерги тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 день 2							
Завтрак	Запеканка из творога с морковью	150/200	9,4/14,8	10,1/15,6	22/32,5	198,2/325,2	366
	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			12,57/19,02	14,72/21,74	45,71/60,96	343,57/507,07	
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	Икра морковная	40/50	0,94/1,17	1,84/2,29	4,93/6,14	40,04/49,85	55
	Рассольник домашний с мясом и сметаной	150/180	2,3/2,76	4,3/5,16	14,3/17,16	84,5/122,95	131
	Пюре картофельное	120/150	1,7/2,12	4,7/5,85	12,5/18,2	110/144,8	339
	Тефтели рыбные тушеные в соусе	60/80	5,4/8,3	4,2/6,7	6,45/10,8	91/136,21	255
	Компот из яблок и лимона	150/200	0,45/0,6	0,45/0,6	10,5/13,99	50,55/67,33	636
	Хлеб пшеничный	20/25	1,52/1,9	0,15/0,19	9,84/12,3	46,2/57,75	
	Хлеб ржаной	30/35	1,3/1,52	0,4/0,47	9,88/11,56	50,98/59,65	
Итого за обед			13,61/18,37	16,04/21,26	68,4/90,15	473,27/638,54	
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	28,32/41,84	187,48/244,61	