День: вторник Неделя: первая

Возрастная категория с 1,5 г - до 3 л; с 3 л - 7 л.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  рец | Прием пищи,  наименование  блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетиче  ская  ценность  (Ккал) | Витамины  мг | | | Минеральные  вещества | |
|  |  |  | Б | Ж | У |  | В1 | В2 | С | Са | Ре |
| 168 | Завтрак  (8.30- 9.00)  Каша вязкая манная | 150/200 | 4,5/6 | 5,9/  6,6 | 21,7/  29 | 159/200 | 4,1 | 1.7 | 0,  8 | 5,9 | 3,1 |
| 392 | Чай с сахаром | 150/150 | 0,04/  0,06 | 0,01/  0,02 | 6,9/9  ,9 | 28/40 | 0,1 | 0,0  6 | 0,  0  0  5 | 0,01 | 0,01 |
| 2 | Бутерброд с маслом | 35/45 | 2,5/5 | 7/16 | 15/  26 | 102/207 | 3 | 2,1 | 0,  5 | 3,5 | 0,3 |
| 400 | 2  Завтрак  ( 10.30 - 11.00) молоко кккипяченое кипяченое | 100/150 | 4,5/  5.4 | 4/4,8 | 7,5/  9 | 85/102 | 0,03 | 0,0  4 | 0,  0  1 | 6,3 | 1,1 |
| 83 | Обед  (11.40- 12.40)  Суп  картофельный  с  фрикадельками | 150/200 | 3,9/  6,6 | 3,1/  5,1 | 9,2/  15,4 | 81/135 | 0,7 | 2 | 0,  2 | 1,7 | 2,6 |
| 317 | Отварные  макаронные  изделия | 100/150 | 2,7/  4 | 3,3/  5 | 20/  30 | 121/180 | 0,9 | 0,6 | 0,  0  1 | 0,2 | 0,04 |
| 244 | Рыба  припущенная с овощами | 60/80 | 4,4/  5,9 | 0,18/  0,25 | 1,8/  2,5 | 107/180 | 0,7 | 1,1 | 2,  3 | 8,3 | 4,1 |
| 376 | Компот из  сушеных  фруктов | 150/150 | 0,3/  0,4 | 0,02/  0,02 | 20,8/  25 | 85/102 | 3,5 | 4 | 5,  7 | 1,5 | 2,1 |
|  | хлеб  пшеничный | 30/40 | 1,4/  2,13 | 0,33/  0,75 | 13,9/  16 | 50/81 | 0,7 | 1,3 |  | 0,8 | 0,3 |
|  | хлеб ржаной | 40/50 | 0,8/  1,4 | 0,22/  0,4 | 8/  11,4 | 37/60 | 0,3 | 0,7 |  | 1,3 | 0,4 |
| 235 | Уплотненный полдник  (15.30- 16.30) Пудинг из творога | 150/200 | 9,3/  18,6 | 6,3/  12,6 | 3,8/  8,2 | 116/234 | 0,8 | 1,3 | 2,  3 | 9,2 | 3,7 |
| 394 | Кофейный напиток с молоком | 150/200 | 2,6/  2,6 | 2,3/  2,3 | 11,3/  14,3 | 77/90 | 0,4 | 1,5 | 0,  1 | 4,7 | 1,7 |
|  | **Итого:** |  | 36,9/  58 | 32,6/  53,8 | 140/  270 | 1048/1611 | 15,2 | 16,  4 | 1  2 | 43,8 | 19,4 |