День: среда

Неделя: вторая

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

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №рецептуры | Прием пищи,наименованиеблюда | Выход блюда | Пищевые вещества | Энергети-ческаяценностьКкал | Витаминымг | Минеральныевещества |
|  |  |  | Б | Ж | У |  | В1 | В2 | С | Са | Ре |
| 185 | Завтрак (8.30- 9.00) Каша жидкая ячневая | 150/200 | 4,4/5,5 | 5,5/5,2 | 20,1/29,3 | 147/288 | 1,3 | 1,8 | 0,3 | 7,7 | 5,1 |
| 395 | 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 |
| 3 | Бутерброд с сыром | 35/45 | 3,1/6 | 8/19 | 21/29 | 127/278 | 3,1 | 2,3 | 0,5 | 3,0 | 1,8 |
| 400 | 2 завтрак (10.30- 11.00) Молоко кипяченое | 100/100 | 4,5/5,4 | 4/4,8 | 7,5/9 | 85/102 | 0,03 | 0,04 | 0,01 | 6,3 | 1,1 |
| 82 | Обед (11.40- 12.40)Супкартофельныйсмакароннымиизделиями | 150/200 | 1,61/2,68 | 1,70/2.83 | 10,2/17,1 | 62,8/104,7 | 0,3 | 0,7 | 0,001 | 1,2 | 1,8 |
| 140 | Гороховоепюре | 150/200 | 3,41 | 1,7 | 7,8 | 185,5 | 0,3 | 0,4 | 0,5 | 2,3 | з,з |
| 282 | Котлетырубленные | 60/80 | 13,5/15,4 | 7,5/14,2 | 17,4/20 | 138/158 | 1,1 | 2,1 | 0,3 | 2,2 | 6,7 |
| 33 | Салат из свеклы | 40/60 | 0,86/1,29 | 3,65/5,4 | 5,02/7,5 | 56/84 | 2,2 | 1,2 | 2,7 | 0,1 | 0,7 |
| 376 | Компот изсушеныхфруктов | 150/200 | 0,3/0,4 | 0,02/0,02 | 20,8/25 | 85/102 | 3,5 | 4 | 5,7 | 1,5 | 2,1 |
|  | Хлебпшеничный | 30/40 | 1,4/2,15 | 0,33/0,75 | 13,9/16 | 50/81 | 0,7 | 1,3 |  | 0,8 | 0,3 |
|  | Хлеб ржаной | 20/20 | 0,4/0,8 | 0,11/0,22 | 4/8 | 19/37 | 0,015 | 0,03 | ' | 0,7 | 0,2 |
| 155 | Уплотненныйполдник(15.30-16.30)Запеканкаовощная | 100/150 | 3,93/6,1 | 6,5/10,4 | 18,1/28,4 | 147/232 | 1,1 | 1,4 | 0,8 | 1,8 | 0,5 |
| 392 | Чай с сахаром | 150/200 | 0,04/0,06 | 0,01/0,02 | 6,9/9,9 | 28/40 | 0,1 | 0,06 | 0,005 | 0,01 | 0,01 |
|  | Хлеб ржаной | 20/30 | 0,4/08 | 0,11/0,22 | 4/8 | 19/37 | 0,015 | 0,03 |  | 0,7 | 0,2 |
|  | **Итого:** |  | 40,4/52,5 | 41,4/67 | 168/235 | 1226/1819 | 14,1 | 16,8 | 10 | 33 | 25,5 |